john-roger

EL ESPIRITU EL SEXO Y TU

john-roger

Por más de 25 años John-Roger se ha dedicado al trabajo espiritual de la trascendencia del Alma, a la realización de uno mismo como Alma, y más que eso, a la unidad con lo Divino. En el transcurso de este trabajo ha viajado y dictado conferencias en forma extensa por todo el mundo, ha escrito decenas de libros y dictado cientos de seminarios.

John-Roger se presenta en muchas estaciones de cable en todos los Estados Unidos en su programa de televisión "That which is".

Ha sido coautor con peter Mac-Williams de cuatro libros: "No se puede dar el lujo de un pensamiento negativo" , "Vida Optima", "Do It" y "Wealth 101". Los dos últimos han estado entre los libros más vendidos según el New York Times, y "Do It" alcanzó el primer lugar en las listas. Los cuatro libros presentan sugerencias prácticas y sensatas para entender la vida y obtener lo mejor de ella.

...viene solapa anterior

John-Roger también ha fundado diversas organizaciones que apoyan entre otras disciplinas como la educación, la salud y la paz individual y mundial. El hilo conductor a través de todo su trabajo es el amor. Enseña a amar a Dios, a los demás y a uno mismo, y anima a la gente a descubrir ese amor y la realidad de que Dios habita dentro de cada uno de nosotros.

La expresión sexual puede ser mucho más que el acto físico.

Durante el intercambio sexual, dos personas llegan juntas a la relación más cercana posible en el nivel físico. Cada uno se debe así mismo y al otro la responsabilidad de entregarse con tanto amor y entendimiento como sea necesario para lograr que la experiencia sexual sea gozosa y satisfactoria para ambos.

El libro incluye información sobre las siguientes áreas:

- Sexualidad y Espiritualidad
- Ciclos Sexuales
- Expresión Sexual
- Responsabilidad Emocional
- Amor espiritual.

EL ESPIRITU, EL SEXO Y TU

john roger

El Sexo,
El Espíritu
y Tú

Otros libros de John-Roger

- Abundancia y Conciencia Superior
- Amando cada Día
- Baraka
- Despertar dentro de la Luz
- Dios es tu Socio
- Drogas
- El Camino del Alma
- El Camino por Recorrer
- El Sendero de la Maestría
- La Conciencia del Alma
- La Dinámica del Ser Básico
- La Fuente de tu Poder
- La Promesa Espiritual
- Mundos Interiores de la Meditación
- Pasaje al Espíritu
- Posesiones, Proyeciones y Entidades
- Relaciones - El Arte de Hacer Funcionar la Vida
- Viajes Durante los Sueños

Libros en coautoría con Peter McWilliams

- Hazlo
- No puedes darte el lujo de un Pensamiento Negativo
- Vida Optima

Si desea recibir más libros de John-Roger en español, dirígase a: **MSIA®** en Colombia
A.A. 94282, Santafé de Bogotá, D.C. - Colombia.

Para solicitar ediciones en inglés, dirígase a:
MANDEVILLE PRESS® P.O. Box 3935,
Los Angeles, CA 90051, USA.

El Sexo, El Espíritu y Tú

I.S.B.N.0-88238-962-9 S

Copyright, 1993
Pece Theological Seminary
and College of Philosophy®

Traducción al Español
Myriam Acevedo

Diseño e Ilustración de carátula
Ana Cristina y Milton Sobreiro

Consultor de Diseño
Manuel Lorenzo Villegas

Impreso en:
Santafe de Bogotá, D.C. - Colombia

Publicado originalmente en inglés por
Mandeville Press
P.O Box 3935, Los Angeles, CA 90051

Publicado en español por
MSIA en Colombia
Apartado Aéreo 94282
Santafé de Bogotá, D.C. - Colombia

Todos los derechos quedan reservados, incluyendo el derecho de producción total y/o parcial

Contenido

INTRODUCCION

Niveles de Conciencia 11
Karma 12

FACTORES DE LA SEXUALIDAD

Aprendiendo sobre sexualidad 17
Sexualidad e imaginación creativa 19
Sexualidad y espiritualidad 20
Satisfacción sexual - Liberando negatividad 24
Ciclos sexuales 29
Los tres seres 31
Control natal 34

EXPRESIONES SEXUALES

Moralidad 41
Promiscuidad 42
Prostitución 48
Homosexualidad 49
Masturbación 50
Androginia 52
Cooperando con tu expresión sexual 57

LA RELACION AMOROSA

Resolviendo malos entendidos 61
Cooperación 64
Responsabilidad emocional 70
Niveles de manifestación de amor 79
Responsabilidad espiritual 82
Amor espiritual 83
Descubriendo tu divinidad 87

Introducción

NIVELES DE CONCIENCIA

La vida en este planeta llamado Tierra es un proceso de aprendizaje. Te permite experimentar muchas cosas en muchos niveles y aprender de tus experiencias. Existen cinco niveles de conciencia o reinos de Luz que se conocen como los mundos inferiores, síquicos o negativos: estos niveles son los reinos físico, astral, causal, mental y etérico. No son negativos en el sentido de malos, sino más como la polaridad opuesta a la positiva en la batería de un auto, donde hay un polo negativo y uno positivo; para hacer que el auto funcione debes tener ambas polaridades en una cierta relación una con otra. El polo negativo es valioso; es necesario para completar la carga y producir el poder que hace funcionar el auto. De manera similar, un individuo debe tener cierto equilibrio de los aspectos positivo y negativo, con el objeto de funcionar aquí en el mundo físico. Sin lo positivo y lo negativo un individuo no tendría cuerpo, ni estaría aquí. Dentro de cada individuo existen niveles de conciencia que se relacionan con los reinos negativos de existencia. El cuerpo físico se relaciona con el plano físico, la imaginación con el plano astral, las emociones con el plano causal, los procesos mentales con el plano mental y el nivel del inconsciente con el plano etérico. De esta manera, los cinco niveles negativos existen tanto dentro del individuo como fuera de él.

Para equilibrar la polaridad negativa, existe un nivel positivo de conciencia que es el alma o el espíritu de un individuo. Esto se relaciona en forma externa con el Plano del Alma que es el primer reino de energía positiva pura y Luz. Este reino y todos los reinos sobre él, forman el polo positivo de la batería. Sin ambos reinos, positivo

y negativo, el universo, como lo conocemos, estaría incompleto y no sería capaz de funcionar.

Karma

Cuando un individuo nace en este planeta, viene con ciertas características y ciertas habilidades, y con el compromiso de completar y cumplir ciertas acciones. Una persona puede nacer con una gran habilidad natural para la música, puede aprender a tocar muy bien diversos instrumentos; comenzar a componer música a muy temprana edad, y obtener un gran éxito y realización personal por sus logros. Podríamos decir que su "karma" es expresarse a través de la música. "Karma" significa acción, significa una dirección, un camino que una persona va a completar. Una mujer puede encontrar que su expresión más efectiva es la de casarse y tener hijos. Podríamos decir que esa expresión es parte de su realización kármica.

La Tierra ha sido llamada el "salón de clase" de este universo. Con frecuencia a las personas se les pone juntas para que aprendan unas de otras; muchas veces, dos personas vienen juntas con personalidades que se complementan, de modo que una pueda completar a la otra, de modo que puedan compartir sus energías y habilidades —porque pueden funcionar mejor juntas que separadas. En tales relaciones se pueden llevar a cabo grandes aprendizajes y puede existir gran comprensión. Esas relaciones se podrían considerar "kármicas", en el sentido de que cada individuo tiene mayor capacidad de cumplir su karma a través de esa relación. Otras personas que están juntas para aprender una de otra, pueden resistirse o malinterpretar el

proceso; quizás lo vean como desconcertante, difícil o desagradable. De esta forma, la palabra "karma" algunas veces queda asociada con situaciones que parecen negativas o "malas". El karma no es malo; el karma es acción, aprendizaje, progreso. Es la actitud hacia el karma la que puede hacerlo lucir como malo.

En un sentido más amplio, todas las sociedades tienen sus propios senderos de cumplimiento kármico, que se manifiestan como las reglas de esas sociedades. Ellas enseñan los aspectos del comportamiento humano que estiman como "correctos" o "incorrectos", "buenos" o "malos", y cierto conocimiento adquirido se transmite de generación en generación. Dependiendo de la sociedad, la educación puede ser verbal e informal, o escrita y altamente compleja. Pero en cualquier sociedad, hay ciertos aspectos de la experiencia humana que no se pueden enseñar. Hay mucho sobre el amor y la relación amorosa entre dos personas que no puede ser enseñarse. Puede demostrarse hasta cierto punto, pero básicamente es un aspecto que debe vivirse y experimentarse directamente para que sea parte del proceso de aprendizaje de un individuo.

Factores de la Sexualidad

Aprendiendo sobre Sexualidad

El sexo es un aspecto que casi todo el mundo en este planeta va a descubrir a través de la experiencia directa. Puedes enseñarle a la gente que un carbón caliente le quemará, quemando alguna cosa y permitiéndole que observe; al aprender de esa experiencia sustituta, es posible que nunca se queme con un carbón caliente. Así que puedes enseñarle muchas cosas a la gente, pero hay ciertos niveles internos que exigen expresión y la experiencia de aprendizaje —y la expresión sexual es uno de ellos.

Es un buen sentimiento descubrir que el sexo no es "sucio" y que es un proceso natural del cuerpo humano y es aún un mejor sentimiento descubrir que no naciste del pecado y que no hay nada pecaminoso en la relación sexual. Conozco a una persona a quien, mientras crecía y estudiaba diferentes doctrinas religiosas, mucha gente le dijo que "había nacido del pecado", así que le pidió a sus padres que le dijeran cómo se sentían en el momento en que le concibieron como cuerpo físico. Le dijo a su madre "Quiero que seas franca conmigo. Quiero saber. ¿Me querían o no? ¿Antes de saber que estabas embarazada, qué estabas sintiendo? ¿Odiabas a mi padre? ¿Te odiaba él a ti? ¿Se estaban reconciliando? ¿Qué pasó?". Ella respondió "Hijo, teníamos probablemente una vida sexual perfecta. En realidad nos llevábamos muy bien". El preguntó, "¿Qué significa eso?". Ella dijo "Cuando él quería sexo, yo también quería. No pensábamos tener más hijos porque era la época de la depresión y ya teníamos dos niñas y un niño y era una bella familia. Pero fue una de esas noches en las que era agradable abrazarse porque hacía un poco de

frío..." Y le contó todos los detalles: "Ya sabes, enroscamos nuestros pies uno con el otro para calentarnos. Su espalda estaba un poco fría, así que le abracé. Y mi espalda estaba un poco fría, así que me abrazó. Nos sentíamos realmente bien; así que nos besamos y nos dijimos cuánto nos amábamos. Entonces, cuando nos sentimos verdaderamente cerca, hicimos el amor". El preguntó "¿Sabías que esa noche me habías concebido?" "No" respondió ella "pero no hubiera cambiado nada porque fue muy bello y maravilloso". El dijo "¿Qué pasó cuando supiste que estabas embarazada?" Ella respondió "Bien, no estaba muy segura de cómo nos arreglaríamos económicamente. Tu padre se preguntaba lo que sería tener cuatro hijos. El no ganaba más de unos cuantos dólares al día, pero estaba tan agradecido de tener un trabajo que habría trabajado hasta veinte horas al día para que su familia comiera. "Pero ahí estabas tú, viniendo justo entonces". El preguntó"¿Me odiabas? ¿Nací del pecado?". "No, por Dios", contestó su madre "Te amamos desde el primer instante en que naciste". El dijo "¿Quieres decir que me amaban? ¿No fue sólo que me toleraron o me aguantaron? ¿Me amaban? ¿No pensaron en mí como un estorbo o una carga?" Ella dijo "Hijo, tal como lo recuerdo, esperaba no tener más hijos pues no sabía cómo podríamos mantenerlos, pero tuvimos uno más. Tu hermana nació años más tarde". Así, después de hablar con sus padres, llamó a su hermana y le dijo "Querida, fuíste un error. No fuiste parte de la familia. Yo fui el último de la familia. Fuiste un error". Ella dijo "Le pregunté a mamá y a papá y yo fuí la única que no fue error. Mamá me dijo que había visto que una de sus hermanas tenía un lindo bebé y se dijo "Desearía tener un hijo más". Y se cumplió su deseo, le rezó a Dios y aquí estoy. Estoy aquí porque

Dios insistió y eso no es un error". Ella estaba en lo cierto —eso no fue un error. Amigos, ese era el Destino Divino. En realidad, no hay errores en este planeta en lo que se refiere a la gente. Todos estamos aquí porque tenemos el derecho de estar aquí, pese a lo que alguien pudiera decir. No tenemos que probarle nada a nadie.

Sexualidad e Imaginación Creativa

Mucha gente no sabe que el nivel de expresión sexual y el nivel de expresión creativa se encuentran ubicados extremadamente cerca uno del otro en el cuerpo físico. Así que, algunas veces, en tu estado de no saber, confundes tus sentimientos; un nivel dentro de ti parece impulsarte a la expresión sexual, cuando en realidad puede ser un impulso hacia la expresión creativa. Parece estar diciendo "Tengamos un intercambio sexual" porque ésa es la experiencia a la que tú mismo te has condicionado. Pero en realidad puede estar diciendo "Crea, produce algo nuevo desde tu propio ser". Si es así, el sentido de satisfacción que resulta del acto sexual puede durar tres, cuatro días o una semana; pero una vez comienzas a elevarte hacia una conciencia de expresión creativa, la realización puede durar mucho más.

Debido a que las regiones del impulso sexual y del impulso creativo están muy cercanas, hay muchas malinterpretaciones sobre estos dos impulsos. Una vez me dijo un hombre que el impulso sexual era el estímulo más importante sobre la faz del planeta. Yo le contesté, "De ninguna manera. Eso no es así". El dijo "Entonces ¿cuál es el impulso más importante sobre la faz del planeta?" "La imaginación" respondí. "Compruébelo". "Bien" dije. "¿Cuál es el promedio de duración de un

intercambio sexual?" "Entre diez y quince minutos" me contestó. "Ahora bien" pregunté "¿cuánto tiempo piensa una persona en este acto antes de que suceda?" El dijo: "Tal vez semanas o meses". "Y ¿cuánto tiempo se mantienen los pensamientos sobre el acto posteriormente?". "Tal vez días o semanas" respondió. "Sí, ¿y cuánto tarda el acto?". "Ah... comprendo", me dijo. "De acuerdo. La imaginación es la fuerza más poderosa". La imaginación es la fuerza creativa. Cuando puedas dominarla y comiences a poner la mente donde quieres que esté y no donde tus órganos sexuales quieran estar, entonces estarás venciendo la carne. Esto no significa que renuncies al sexo y te vuelvas célibe. Significa que pones el sexo en la perspectiva adecuada y lo utilizas como una expresión y una realización, no como lo más importante de este mundo.

Sexualidad y espiritualidad

Dado que la expresión sexual es una forma de creatividad, el impulso creativo hacia la relación conyugal (el impulso sexual) y la creatividad del Espíritu residen en una región similar en el cuerpo que es como una banda alrededor del cuerpo que lo circunda justo encima del ombligo, hasta el área de los muslos, 10 ó 15 cm. abajo de las nalgas. Tanto la creatividad sexual como la creatividad espiritual residen ahí. Cuando la gente siente la oleada del Espíritu a menudo lo interpreta como una necesidad sexual, así que la libera en la relación conyugal pero se encuentra con que no siempre le satisface.

El hecho de que el estímulo creativo sexual y el estímulo creativo espiritual estén tan cercanos, hace que la gente

practique engaños espirituales y se conviertan en los engañados. La gente espiritual puede llegar a ser bastante conocida como "atletas de alcoba", pero esto no es de ninguna manera un cumplido. Es una mala dirección y una malversación de la energía espiritual. Esto no significa que la relación conyugal no pueda ser de naturaleza espiritual, pero seducir sexualmente a alguien en nombre de la espiritualidad es considerado un "crimen espiritual" por los Señores del Karma, quienes residen en los reinos negativos de Luz. Así que si entras en estas acciones de engaño espiritual, vas a cosechar lo que siembres. La gente que sienta que puede elevar la conciencia de otra persona a través de la relación conyugal, es mejor que esté bien preparada para demostrarlo a través de la jerarquia espiritual o tendrá que regresar a limpiar esos patrones de engaño y abuso sexual.

La gente te engañará espiritualmente si tú lo permites; el precio por salir del patrón de regreso es la vigilancia eterna. La razón por la que el MSIA no enseña el yoga que trata con los centros inferiores del cuerpo, es porque la gente que practica este tipo de yoga está reencarnando de nuevo en el planeta. Estamos enseñando el yoga de la Corriente del Sonido de Dios y de la Luz, que está centrado en la glándula pineal ("el tercer ojo"). Y más alto.

Permítanme divagar por un momento para explicarles el centro llamado el "tercer ojo". La mayoría de la gente parece pensar que el tercer ojo está localizado en el centro de la frente, pero en realidad involucra tres regiones. Una es la región física, otra la mental, y otra la espiritual. La parte inferior del ojo espiritual está en el

nivel físico y la gente que tiene clarividencia puede ver a través del tercer ojo y utilizar eso para su propia ventaja. Te pueden seducir sexualmente en nombre de la espiritualidad, pueden ver tu debilidad sexual y saber cómo capitalizarla. La zona media del tercer ojo se relaciona con los niveles mental y emocional de un individuo. Incluímos lo emocional aquí porque, aunque no lo creas, puede hacer parte de tus pensamientos; algunas veces piensas emocionalmente. La gente que puede percibir el rango intermedio, puede ser capaz de utilizarte para ampliar sus metas, no usándote directamente, sino en forma indirecta para llegar a otros lugares. El MSIA no enseña el uso de ninguno de esos aspectos de los dos tercios inferiores del ojo espiritual. Si entras en eso quizá caigas dentro del engaño espiritual y tengas que regresar a este plano físico para aclarar ese engaño, tal vez te estés abriendo a algunas cosas que posiblemente no quieras manejar. Si llegas a involucrarte en esos niveles y, como resultado, experimentas confusión y dificultad, no vayas llorando a tu maestro espiritual pues él no puede hacer nada. Es una acción que promoviste, así que es una acción por la que te debes responsabilizar para equilibrarte. Al final de cuentas no está ni bien ni mal, y tampoco bloqueará tu crecimiento espiritual. Sin embargo, podría retrasar tu crecimiento y con toda certeza bloqueará el conocimiento de tu progreso espiritual en los planos invisibles.

El mal uso o el abuso de las energías sexuales puede ciertamente, conducirte hacia aspectos kármicos que quizá resulten difíciles de resolver y, desde luego, nosotros no toleramos ninguna actividad de este tipo. Pero esto no implica que no debas contraer matrimonio o que no debas tener relaciones sexuales con tu pareja, o que

la relación amorosa entre marido y mujer no pueda ser espiritual. De lo que se trata aquí es de ser honesto —si estás expresando lujuria, llámala lujuria. Si simplemente te sientes sensual, llámalo así. Sé honesto. Si dices que es espiritual y no lo es, puedes estar cometiendo un "crimen espiritual". No hay forma de escaparte de ello. Puedes engañar a la persona con la que estás y esa persona probablemente no recogerá nada nocivo, excepto tu extrema negatividad. Pero entonces esa persona tal vez desee no volver a verte nunca ni volver a oir tu nombre, y esa actitud puede atraer de nuevo a esa persona a relacionarse contigo, de manera que puedas equilibrar la acción sientiéndote neutral y diciendo: "Te quiero mucho, pero no tenemos que expresarlo mediante una relación sexual".

La parte superior del ojo espiritual te permite ver lo espiritual dentro de lo físico, ver a Dios en la humanidad, ver la imagen de Dios en cada persona que conoces. En MSIA enseñamos el despertar de esa parte del ojo espiritual.

Cuando la gente que es espiritual siente llegar la energía del Espíritu, puede muy bien malinterpretarlo como una respuesta sexual. Puede ser difícil diferenciar entre creatividad sexual y creatividad espiritual. Nueve de cada diez veces la gente lo malinterpreta. Pero el MSIA enseña técnicas para adentrarte en ti mismo y verificar la información que llega a tu camino, para ver si esa información es correcta dentro de los niveles de tu propio ser, para ver si es correcto para ti en cualquier situación presente. Existen maneras de trabajar con esas situaciones.

El impulso espiritual sube y sale —la fuerza de la energía sube a través del cuerpo, y sale a través del chakra de la corona. El impulso sexual se libera a través del chakra reproductivo. Con frecuencia estas dos energías se entrelazan tanto que la energía espiritual se libera con el impulso sexual —y éso es creatividad negativa. Te mantendrá en los reinos inferiores y en el plano físico.

Cuando sientas que se está creando el impulso sexual, puedes subir esa energía a través de los centros del cuerpo. Siente que esa energía se libera a través de los centros de los chakras superiores del cuerpo en lugar de los centros inferiores. Es esta una forma de usar dichas energías creativas para elevarte hacia niveles más altos —si ésa es una acción que ves como deseable o benéfica.

Satisfacción sexual - Liberando negatividad

Gran parte de la realización del acto sexual resulta del equilibrio de las polaridades negativa y positiva del hombre y la mujer. El hombre tiene en su cuerpo más polaridad positiva; la mujer tiene más polaridad negativa. Esto no se refiere a bueno ni malo; son simplemente polaridades opuestas y frecuencias opuestas. En el momento del acto sexual hay una carga electro-química-magnética que sucede entre el hombre y la mujer. Este cambio o carga es lo que produce la sensación. Es vital; hace funcionar la batería.

El hombre libera su negatividad dentro de la mujer durante el acto sexual. La mujer recibe la negatividad de él y después la libera durante su período menstrual. Durante el período menstrual a ella le ha sido designado

liberar de su propio cuerpo aquello que es negativo y que no traerá nueva vida. Una mujer debería ser capaz de liberar ésto fácilmente, como lavarse la cara, pero en nuestra sociedad "civilizada", hemos hecho que los procesos naturales sean más difíciles de lo que deberían ser. Algunas películas muestran mujeres dando a luz, gritando con gran dolor y agonía. Una chica joven ve esas películas y piensa ¿Tengo que pasar por eso? ¡NUNCA EN MI VIDA!". Ella crea una resistencia muy grande a todo el proceso. Luego unos años más tarde, cuando comience su período menstrual, el cual representa el cambio al potencial del alumbramiento, tendrá cólicos. Conozco muchas mujeres que cada mes tienen cólicos en el área abdominal y en la espalda. Tienen gran dificultad para liberar la negatividad. Cuando una mujer tiene un historial de obstruír su flujo creativo y de cerrar esta área de expresión, empujando la energía hacia abajo al centro creativo, puede desarrollar muchos problemas relacionados con su flujo menstrual. Quizá libere su negatividad parcialmente a través de las funciones glandulares alteradas de su cuerpo. Pero también puede sentir, a veces, una aprehensión y una ansiedad grave. Puede golpear puertas, "explotar" sin razón aparente y luego irse y darse cuenta de que se siente un poco mejor. Es más difícil liberar la negatividad cuando los canales normales no están disponibles. Es interesante notar que cuando la mujer está en el proceso creativo-positivo del embarazo, su menstruación desaparece.

Los patrones de resistencia y obstinación en los que entran las mujeres con referencia al proceso creativo pueden causar también problemas de peso. Al expresar resistencia, empujan la energía hacia las áreas más

bajas de creatividad de reproducción. En tanto la energía se empuje hacia esta región, atrae el exceso de peso hacia allá (la zona por debajo de las costillas hasta la parte alta de los muslos) y puede ser difícil deshacerse de ese sobrepeso. Las dietas ayudarán, pero un cambio de actitud ayudará aún más. Si la actitud se convierte en aceptación, liberación y dejar fluír, el peso decaerá y los cólicos también se liberarán. A veces las mujeres suben de peso poco antes de su período menstrual y se sienten hinchadas e incómodas. Esto se debe a que, en ese momento, el patrón de resistencia a menudo aumenta la irritación y la negatividad. Suele llamársele "falso embarazo". El ciclo menstrual se altera de modo que el período no llega a tiempo. Las mujeres sienten entonces el miedo de: "¿Estaré embarazada?". Es un proceso muy antiguo. Cuando les llega la regla, se sienten mucho mejor. Lógico, porque esa negatividad se ha liberado y el ciclo comienza de nuevo. Muchos de los "problemas femeninos" tales como cólicos, dolores de espalda, sobrepeso, embarazos falsos e incluso las histerectomías, pueden eliminarse en su totalidad por medio de una actitud positiva de aceptación hacia el cuerpo y sus funciones naturales. Uno puede ayudarse muchísimo con sólo conocer estas cosas y trabajar para cambiar esa expresión a una más positiva. La primera ley del Espíritu, la aceptación, es también la primera ley del cuerpo físico.

Los hombres que no liberan su negatividad a través de los procesos normales de intercambio de energía con una mujer, pueden liberar su negatividad de otras formas. Una de ellas es a través de la energía nerviosa, o sea, lo que llamamos "vagabundear". Coger el auto e ir de aquí para allá, sólo moviéndose todo el tiempo. Está

también la masturbación, que es, en un sentido de la palabra, una descarga para ellos. También pueden liberar la negatividad atravesándola y expresándola, pueden liberarla por medio del abuso de drogas o bebiendo en exceso. Todo esto puede ayudarles a liberar negatividad, pero, no son las formas más efectivas ni las más deseables. Los hombres que bloquean el flujo de su energía creativa a menudo desarrollan problemas en la próstata y otros problemas relacionados con los genitales.

Muchos de los problemas que tienen en la piel hombres y mujeres, resultan del hecho de que sus energías creativas no fluyen libremente. También se manifiestan otros síntomas cuando no se permite el fluír de las energías *creativas*. Esto no significa que debas tener relaciones sexuales cuatro veces a la semana para tener un cuerpo físico saludable y en buen funcionamiento, pero a veces puedes bloquear el flujo del patrón de energía que emana de la sección creativa del cuerpo, ya sea por medio de ira, culpa o deseo de venganza, miedo, malas interpretaciones o lo que sea. Pero cualquiera que sea la razón, si el flujo de energía se está cerrando, producirá un bloqueo ahí y atraerá energía negativa. Entonces resulta que aumentas de peso en la zona de las caderas, las nalgas y el abdomen, pero cuando te expresas dentro de un flujo positivo de energía y dirección, encuentras que el cuerpo llega automáticamente a un gran equilibrio.

Como mencionamos anteriormente, las energías creativas y las energías sexuales residen muy cerca, en el centro creativo del cuerpo. A veces puedes experimentar la agitación de la creativad con el Espíritu, y esto

también mueve la sensualidad de los órganos sexuales. Así que, tu mente se mueve hacia las fantasías o hacia la realidad de la experiencia sexual. Entonces, lo que en realidad es una experiencia espiritual se interpreta como el deseo de liberación sexual y, al liberarlo a través de la relación sexual, no te sientes satisfecho; la satisfacción no está allí. Te quedas con la sensación de que algo no anda bien. Algunas personas conocen la diferencia entre el impulso sexual y el impulso creativo del Espíritu. Saben que esas áreas están muy relacionadas y que es posible una mala interpretación. Es por eso que muchas veces ellos dicen que si niegas la expresión sexual, la energía creativa puede pasar a través de los canales superiores y ser expresada en el Espíritu. Sin embargo, existen varias organizaciones religiosas que abogan por el celibato, las cuales tienen sus propios hospitales donde sus maestros van a recibir cuidado siquiátrico debido al mal funcionamiento de sus propios cuerpos, como resultado de sus malas interpretaciones acerca de la naturaleza de la creatividad y de la sexualidad. Al negarse a sí mismos en el nivel creativo, tratando de moverse hacia lo espiritual, están creando más problemas para ellos mismos.

Cuando los impulsos sexuales se obstruyen, o están produciendo culpa o insatisfacción, se refleja en la zona del estómago o de los intestinos, y de ahí a los hombros, cuello y regiones faciales. Pueden presentarse espasmos musculares, la cara se puede llenar de acné y ciertas partes del cuello pueden torcerse y causar dolor. Como ves los sentimientos de culpa pueden hacer que ocurran muchas cosas. Algunas parejas tienen relaciones sexuales pero el marido no es un amante sino una máquina y termina con su acción antes que ella. Enton-

ces ella tiene que terminar su acción por sus propios medios y se siente tremendamente culpable, todo porque él no es lo bastante inteligente para amarla como ella necesita ser amada. En el matrimonio es importante ser capaz de hablar con el cónyuge sobre este tipo de problemas, y aclarar la acción de ambos. Todo esto es muy natural y no existe nada malo ni sucio. Durante el acto sexual, dos personas se están uniendo en la relación más cercana que existe dentro del nivel físico, y se deben a sí mismos y al otro la opción de llegar a unirse con tanto amor y con tanta comprensión como sea necesario, para hacer de la experiencia sexual una experiencia feliz y completa para cada uno de ellos.

Ciclos sexuales

La sexualidad tanto del hombre como de la mujer funciona cíclicamente. Creo que las estadísticas indican que el ciclo de la mujer es de 28 días, pero puede variar un poco. Lo que mucha gente no sabe, sin embargo, es que los hombres también tienen un ciclo que puede variar entre veintiuno y veinticuatro días. En distintos momentos durante este ciclo, un hombre será más femenino que masculino en su acción. De forma similar, la mujer se sentirá más masculina que femenina en ciertos momentos de su ciclo. Es natural. Cuando el hombre está en el momento de su ciclo que no es tan agresivo, quizá pueda en realidad parecer pasivo: "Si quieres tener relaciones sexuales esta noche, entonces será mejor que te ocupes de ello y comiences a hacer algo, porque en lo que a mi concierne podemos ver la última película de televisión o dormirnos y olvidarnos de todo el asunto". Cuando la mujer está en la parte pasiva

de su ciclo puede decir: "Hoy no, mi amor. Tengo jaqueca". La mayor parte del tiempo parece que los ciclos no compaginan. El período de agresividad del hombre, muy seguramente viene justo cuando ella tiene su período menstrual y ella dice "Discúlpame, mi amor". Entonces cuando ella está realmente lista, el hombre está al final de su ciclo y se compra una caja de cervezas y se sienta a ver televisión toda la noche, o dice "Voy a salir con los muchachos a jugar billar. No me esperes". Así es como parece ser el manejo del tiempo.

Los ciclos que suceden entre el hombre y la mujer, pueden producir algunas cosas interesantes en el momento en que se concibe un hijo. Si un hijo se concibe cuando la mujer está en su período femenino, y el hombre está también en el período femenino lo más probable es que el bebé sea una niña. Si la mujer está también en su período masculino, el bebé será niño. Si la mujer está en su ciclo femenino y él está en su ciclo masculino, existen muchas posibilidades. Pueden concebir una niña que sea "un camionero" (no necesariamente una variante sexual, ni lesbiana, ni homosexual, sino una niña con características que la sociedad llamaría masculinas). O pueden tener un niño con características sensitivas, "femeninas". Si el padre es un chofer de camiones y la madre es música y tienen un niño sumamente sensitivo, el padre tal vez diga: "Será chofer de camiones o más..." La madre dirá "No será chofer de camiones, sino un violinista". De modo que estamos hablando aquí del intercambio de energía entre dos personas, que produce una cierta combinación de campos de fuerza electro-magnéticos. Los factores que intervienen para moldear el destino de un niño son muy complejos, pero se deciden en parte por

las frecuencias electro-químico-magnéticas de los padres en el momento de la concepción.

Los tres seres

Cuando un niño nace en este plano de la Tierra, viene con tres niveles de conciencia bien distintos. Aquél del que estamos más conscientes es el ser consciente. Es el nivel a través del cual funcionamos la mayor parte de nuestra vida, porque buena parte del tiempo, es el ser consciente el que toma las decisiones de nuestra vida cotidiana —las escuelas a las que asistimos, los empleos que escogemos, la clase de automóvil que manejamos, la calidad de nuestro trabajo, las personas que escogemos como amigos, etc. El ser consciente es el "capitán del barco". Hay otro nivel que llamamos el ser superior. También se le llama la mente subconsciente, el super yo, y otras denominaciones. Este nivel está por encima del ser consciente. Está al tanto de todo lo que pasa, ve claramente el camino de la vida, conoce su destino. El ser superior expresa sentimientos de gran inspiración y amor, y posee ideales muy elevados de belleza, armonía y gozo. Por momentos podemos sentir la influencia del ser superior en nuestras vidas. El tercer nivel de conciencia, existe por debajo del nivel del ser consciente y le llamamos el ser inferior o el ser básico en los patrones de vida de la gente. A veces, el ser básico se observa más fácilmente en el comportamiento de los niños, dado que el ser consciente de un niño no está tan desarrollado, ni dirigido como lo estará más tarde en la vida. Las rabietas temperamentales que el niño expresa, a menudo provienen del ser básico, quien puede decir "Te odio mamá. Te odio papá. Ojalá estuvieran muertos". El ser consciente del niño, probablemente, no sienta de esa manera, pero

a veces el ser básico sí, y lo expresa. En ocasiones, podemos ver un patrón similar de comportamiento en los adultos. Tal vez ya no lo expresen con rabietas, pero el patrón es similar. El ser básico puede registrar algo que dijo el jefe como si fuera un desprecio, o puede registrar como rechazo el hecho de que la esposa se vaya a acostar temprano. Comienza a sentir el dolor y la presión del ambiente, así que sale y se embriaga para tratar de disminuír esa presión. Entonces al día siguiente, el tipo se levanta trasnochado y se pregunta:"¿Por qué hice eso?". Analiza lo que le dijo el jefe desde un punto de vista consciente y encuentra que no hubo intención de rechazo, simplemente no se sentía bien. Así, el ser consciente, puede entender el comportamiento de otros, ponerlo en la perspectiva apropiada y trabajar con ese conocimiento. Pero el ser básico todavía puede sentir patrones de molestia y de dolor por un tiempo. Si vuelve a suceder algo parecido, puede moverse de nuevo hacia sentimientos de rechazo, aún cuando el ser consciente reconozca que esos sentimientos no necesariamente son válidos.

El ser básico también puede tener deseos y preferencias que no compaginan con los del ser consciente, y esto puede causar una cierta dificultad. Si el ser consciente quisiera estar delgado y tener una bella figura, pero al ser básico en realidad le gusta el sabor del chocolate y es indulgente comiendo dulces, puede haber alguna dificultad. Si el ser básico se relaciona con el alcohol y le agrada la experiencia de beber, y el ser consciente está tratando de funcionar en forma eficaz en su trabajo y en el patrón de la familia, esto puede ocasionar gran dificultad. El ser básico puede ser muy fuerte y voluntarioso y si el ser consciente no es fuerte en su dirección

y en su propósito, el ser básico puede ejercer un gran control sobre el patrón de vida del individuo. En casos poco comunes puede apoderarse y controlar el patrón de vida. Mucha gente "se entrega" a su ser básico la mayor parte del tiempo, y le permite tomar decisiones que deberían ser tomadas por el ser consciente.

Tanto el ser básico como el ser consciente y el ser superior expresan una polaridad masculina o una polaridad femenina. Si la polaridad del ser básico es diferente de la del cuerpo físico esto puede hacer que se presenten algunos patrones interesantes. Dado que el intercambio de energía entre el hombre y la mujer es lo importante de la relación conyugal, si la mujer tiene un ser básico masculino y el hombre un ser básico femenino, serán sexualmente compatibles —la energía aún puede fluír libremente e intercambiarse. Sin embargo, hay altas probabilidades de que tal pareja no procree hijos puesto que el ser básico masculino de la mujer no se sentirá receptivo hacia la concepción. Y aunque el ser básico femenino del hombre desee hijos, físicamente será incapaz de completar la acción por sí mismo. Habría poca necesidad de que tal pareja practicara el control natal.

Si tanto el marido como la esposa tienen polaridades básicas masculinas o si ambos tienen polaridades básicas femeninas, no habrá mucha energía fluyendo en el nivel sexual cuando estén juntos durante el intercambio sexual. Habrá un poco, pero va a ser positivo chocando contra positivo, o negativo chocando contra negativo, y puede haber disturbio, a menos que la expresión sexual se sobrepase por el amor que se tienen uno al otro en los niveles superiores. Pero si la atracción es sólo sexual, probablemente se divorciarán muy rápidamente.

Si el ser básico del hombre es masculino y el ser básico de la mujer es femenino y si además hay amor físico, emocional, mental y espiritual, habrá un intercambio positivo de energía y será muy fácil haya concepción porque ambos seres básicos probablemente estarán impulsados hacia esa realización y consumación. Pero otra cosa que se debe considerar es que hay un momento dentro del ciclo de la mujer en el que ella se encuentra lista para el embarazo. Este es el momento en el que puede quedar embarazada con facilidad. Inmediatamente después de su período menstrual es bien difícil que quede embarazada, aunque no imposible, como lo demuestran bien los casos reales.

Control natal

Dependiendo de las características del ser consciente de una mujer, y ciertamente dependiendo de la polaridad y características de su ser básico, se pueden recomendar diversos métodos para el control natal. Es importante tener en cuenta que el método que es bueno para una mujer puede no ser bueno para otra. Existen muchas variables individuales como para hacer afirmaciones generales. Lo importante es el flujo de energía entre el hombre y la mujer. Si ese flujo se bloquea por alguna razón, si la mujer no puede dar de sí libremente, o recibir libremente la energía de él, entonces ella pude experimentar gran dificultad física, emocional y muy posiblemente mental y espiritual. Ella puede sentir que se está vendiendo por la ropa, o por gastar dinero, o por el café, los cigarrillos, etc. A ésto es a lo que realmente se llega cuando se pierde el amor, la participación y la alegría de estar juntos y de expresarse mutuamente.

Conozco una chica que se enfadó con su marido y me dijo: "Bueno, es la última vez que hace eso". Pregunté: "¿Qué es 'eso'?" A lo que contestó: "No te hagas el tonto conmigo, bien sabes lo que está pasando". "Bueno", le dije, "tú sabes que 'eso' puede representar muchas cosas. ¿A cuál 'eso' te refieres?". "A 'eso' que no le voy a dar más". "Relaciones sexuales" dije. "Sí" dijo ella. "¿Por qué no lo dices, o acaso la palabra te lastima? Bien sabes que no tiene nada de malo hablar a cerca de esos niveles. Sucede que es un patrón de la naturaleza como la caspa o cambiarse de ropa y lavarla. Sucede. Si no fuera por las relaciones sexuales, ninguno de nosotros estaría aquí. Así que no lo rebajes; colócalo donde debe estar". Es importante, aunque no es la única cosa importante que sucede en este nivel. Es bueno mantener las cosas en una perspectiva realista. Entonces le dije a la chica "¿Te das cuenta de que el hombre, quien representa la polaridad positiva, y la mujer, quien representa la polaridad negativa, deben recargarse para funcionar efectivamente? ¿Te das cuenta de que eso es importante para tu bienestar y para el bienestar de él en muchos niveles?" "No quiero tener más hijos" me respondió. "Tú tienes que decidir todo eso. Yo no estoy involucrado en esa acción". Ella dijo: "Tienes razón, debo mantenerme 'cargada' porque a mí me duele cerrarme, tanto como le duele a él". "No te engañes a ti misma", le dije. "¿Te refieres a que él buscaría otra mujer?" Pregunté. "Mira" le dije "sé realista. La mayor parte del tiempo el sexo es un proceso mecánico en el hombre. Libera la tensión del cuerpo. Le hace sentir bien. El libera su negatividad dentro del cuerpo de la mujer y luego, ella la libera en el momento de su período menstrual. Es así de sencillo nueve de cada diez veces. Sin embargo la décima vez es de vital importancia

porque es aquí donde la ley superior sobrepasa a la ley física. Si el amor que comparten un hombre y una mujer es un amor espiritual que viene de los reinos positivos, entonces importa poco lo que hagan en esos otros niveles, habrá intercambio de energías y bienestar. Cuando te estás relacionando con otro ser humano, amando a esa persona espiritualmente, importa muy poco lo que hagas en cualquier otro nivel, porque el nivel espiritual es el más elevado. Si hay equilibrio en ese nivel, todos los otros niveles también lo estarán".

Después hablé con la chica acerca de su dificultad de expresarse en el nivel sexual, y la mayor parte del problema parecía provenir del hecho de que no quería más hijos —su miedo a quedar embarazada estaba bloqueando su expresión. Algún tiempo después decidió empezar a tomar pastillas anticonceptivas y me comentó su decisión. Poco después me dí cuenta de que interiormente estaba molesta. En otras palabras, las pastillas no le eran efectivas. Era cierto que no esperaba ningún hijo y que estaba teniendo una gran actividad sexual, pero había más ansiedad, más irritación y mayor dificultad que antes. Tuvo brotes en la piel, subió de peso y le sucedían todo tipo de cosas.

No la ví durante un tiempo, hasta que un día vino a visitarme. La miré y dije "Dentro de esa conciencia de malestar no vas a solucionar nada. No puedes seguir como lo estás haciendo ahora, así que vas a tener que cambiar algo". Me preguntó "¿Qué sugieres?" Le pregunté si aún tenía relaciones conyugales y me contestó "Sí". Y volví a preguntarle "¿Decidiste no usar un dispositivo intrauterino?" "Sí, decidí que eso sería demasiado doloroso. Decidí tomar pastillas anticonceptivas

a cambio". Está bien, pero esas pastillas están agravando la situación. "¿Qué sugieres?" me preguntó de nuevo. "Sugiero" le contesté "que las personas que tomen pastillas anticonceptivas no las tomen por más de nueve meses seguidos y que después dejen de tomarlas en el término que resta para completar el año". Algunas mujeres dicen "Desde que comencé a tomar las pastillas anticonceptivas me he sentido muy bien. Mi cuerpo se siente bien, estoy más equilibrada". Si ésa es tu experiencia, mi sugerencia no se aplica a tí. Tú decides lo que es mejor para tí. Pero esta mujer dejó de tomar pastillas. La vi dos semanas después y había en ella calma y tranquilidad. "¿No más pastillas?" pregunté. "El día que salí de tu casa las tiré todas" contestó. "¿Qué haces para reemplazarlas?" "El está siendo cuidadoso. ¿Comprendes?". Esto es simplemente justo. Los meses en los cuales la mujer no toma pastillas, el hombre es quien puede "cuidarse". Puede usar profilácticos; hay muchos métodos que ayudarán, pero más que nada, es él quien puede tomar precaución.

Otro método de anticoncepción es el dispositivo intrauterino llamado "espiral". Muchas veces colocar un "espiral" en una mujer puede ser extremadamente doloroso. A veces ella puede tensionarse emocionalmente con la sola idea de tener tal objeto dentro del cuerpo. A veces puede ser doloroso para ella durante la relación sexual. Cualquiera de estos motivos puede causar la aparición de patrones de tensión en el cuerpo que pueden bloquear el flujo de energía, e interferir en el intercambio de energía durante la relación sexual. Los patrones de tensión vendrán desde el centro creativo del cuerpo, y esta alteración puede causar problemas en diversos niveles.

Hay varias cosas que determinan si el "espiral" es o no una forma efectiva de anticoncepción para la mujer. Si el ser básico de una mujer tiene una polaridad masculina, comenzará automáticamente a rechazar el "espiral". Algunas veces, el rechazo puede venir en forma de cervicitis. A veces viene con una descarga de mucosa o de pus, cuya causa quizá será difícil de aislar para el doctor. Un ser básico masculino en la mujer tratará de expulsar ese dispositivo anticonceptivo. Puede hacer que el cuerpo entre en espasmos que le hagan sentir gran dolor e incomodidad. Si la esposa tiene un ser básico femenino y el marido tiene un ser básico masculino, habrá muy poca dificultad; habrá un libre flujo de energía que no se verá alterado por el "espiral". Esta es una de las razones por las cuales algunas mujeres piensan que la única solución es un "espiral". Pero si aún la presencia del espiral causa alguna incomodidad y bloquea en algún grado el libre flujo de energía, es posible que, por el amor que el marido y la esposa se expresan uno al otro en niveles más elevados, la mujer se deje llevar por la acción y la haga funcionar para ella. Como hemos dicho antes, existen muchas variables por tratar, pero cuando el amor espiritual está ahí, los otros niveles se equilibran.

Expresiones Sexuales

Moralidad

Hay un montón de maneras diferentes de actividad sexual. Ninguna es necesariamente buena ni mala. En el Espíritu no hay moralidad, en el Espíritu no hay formas correctas ni incorrectas de expresar la sexualidad. La moralidad es un aspecto de la sociedad. El hombre decide su propia moralidad. Eso trae consigo la idea de las variantes sexuales. No llamo a nadie pervertido ni desviado, ya que eso conlleva la actitud de bueno o malo. Hay varias maneras de expresar sexualidad, por lo tanto, hay muchos tipos de variantes sexuales. Te daré los términos clásicos y luego ya no los usaré porque rotulan y categorizan aquellas cosas que sólo son expresiones. Pero por definición, algunas variantes sexuales son: mirones (voyeristas), sádicos, masoquistas, ninfomaniáticos, homosexuales, lesbianas, heterosexuales (que también es una variación dependiendo de cómo se vea), fetichistas, travestis, hermafroditas, pederastas y transexuales. Espiritualmente no hay moral en esos aspectos. Pero a través de las lecciones de negatividad, les hemos puesto moralidad. Es como cuando de niño te dicen que si tocas los genitales te vas a volver loco. Eso es mentira, de otra forma todo el mundo estaría loco.

El MSIA enseña la idea de que cuando llegas suficientemente alto sobre los niveles negativos del cuerpo (sexual, físico, emocional y mental) puedes tener una liberación espiritual *ahora*. En la liberación espiritual puedes disfrutar los niveles inferiores con menos riesgo de quedar atrapado en ellos. Sin embargo, eso no te da ninguna licencia. Siempre debes ser juicioso en tus actividades, siempre. Pero en el nivel del Alma, no hay

moralidad. La moralidad es una costumbre social. La moralidad del Sur de California es distinta de la moralidad en las tribus aborígenes. El hecho de que otra gente esté socialmente acostumbrada a hacer algo, no necesariamente hace que su comportamiento sea correcto para tí.

Promiscuidad

Las distintas expresiones sexuales producen distintos resultados y algunos pueden ser más fáciles de manejar que otros. Un resultado de una frecuente expresión sexual no selectiva puede ser una enfermedad corporal, como una enfermedad venérea. Otro resultado puede ser despilfarrar un montón de energía creativa que podría ser canalizada hacia otros aspectos de dirección positiva. Otro resultado podría ser confusión y una pérdida de identidad por recibir demasiadas frecuencias dentro del cuerpo.

La acción de la relación conyugal es una manera muy rápida de mezclar frecuencias de tu propio ser con las de tu pareja. Es por esto que la relación sexual puede ser una forma rápida de perder tu propia identidad. Puedes llegar a confundirte acerca de quién eres realmente y perder tu dirección consciente. Si entras en una relación sexual con alguien que también tiene relaciones sexuales con otras personas, no sólo recibirás su frecuencia sino también las frecuencias y emociones de aquellos con quienes él o ella tenga intercambio de energías. Te conviertes en el "basurero" y éso puede ser un infierno. Entonces puedes estar tan inseguro de tu propia identidad y valor, que renuncias a la dignidad de tu conciencia

y permites que los patrones de deseo más bajos en tu naturaleza dirijan tu vida.

Los encuentros sexuales promiscuos pueden confundirte en muchos niveles. Dado que la creatividad sexual y la creatividad espiritual residen tan cerca, la actividad sexual también puede dividir la espiritualidad, y eso te puede dejar más abierto para recoger la frencuencia de la última persona con quien sostuviste una relación sexual. Cuando la gente entra en gran confusión: —"No entiendo; estoy confundido; no sé quién soy"— puede indicar que están siendo promiscuos. Pero es mejor que seas cuidadoso respecto a hacer cualquier clase de juicio, puesto que muy bien puede ser que estén creciendo muy rápido en el Espíritu y tal crecimiento total también puede traer una forma de confusión. Cuando creces de una manera seccionada te sientes muy bien al respecto porque clasificas lo que está sucediendo y lo controlas bastante bien. Pero cuando experimentas un crecimiento total, un crecimiento en todos los niveles que te rodean y dentro de ti, entonces puede haber cierta dosis de confusión. Cuando superes tu nivel de confusión y mires atrás, comprenderás lo que está sucediendo.

Si vas a sostener relaciones sexuales con alguien, hazte un favor y tenlas con la persona más evolucionada que puedas encontrar. Como hombre, si vas a lugares en donde las "princesas de la vida alegre" tienen su reinado y no sabes a cuántos príncipes han entretenido ese día, y sin embargo, entras en aquel entretenimiento, puedes salir de ahí con mucha discordancia y confusión en tu propio ser. En tal caso si ella tiene muchas frecuencias alrededor, tu puedes recoger muchas de esas frecuencias.

Si un hombre es promiscuo durante cierto tiempo y luego encuentra una mujer especial, y decide sentar cabeza, quizás pase por un período difícil porque tiene estas otras frecuencias para comparar. Tal vez la esposa no se duche una noche o tal vez no utilice un enjuague bucal, o atomizador para el aliento o quizá deje sus medias colgadas en el baño por dos días. No se necesita mucho, son las cosas pequeñas las que lo desmotivan, pero él puede aprender a ver más allá de eso, hacia el Espíritu interno.

Una cosa que debes recordar es que Dios reside en esencia dentro de cada persona. Si entras al acto sexual con lujuria, esa persona puede alejarse con confusión posteriormente. Amar a alguien no significa necesariamente que lo mires a él, o ella, o que se miren uno al otro para la realización, sino que ambos se encuentren mirando en la misma dirección. Esa es la clave. Si ambos miran en la misma dirección y luego voltean a mirarse uno al otro por un momento, entonces en realidad no hay nada "equivocado" que puedan hacer, todo lo que hagan será espiritualmente correcto. Luego, cuando tengan una relación sexual, será un fundir de las energías físicas del cuerpo y las energías espirituales. Si miran en la misma dirección pero no ven lo mismo, y luego se miran uno al otro, se confundirán espiritualmente. Entonces la relación sexual se vuelve una relación de engaño y lujuria en vez de amor espiritual. La Biblia dice que no cometamos adulterio. Una de las cosas a las que se refiere es a no adulterar las energías espirituales. La promiscuidad sexual por parte de cualquiera de los cónyuges crea una gran dificultad. Es mejor ser altamente selectivo al elegir tu pareja sexual y ser honesto en tu relación. Si sólo es una relación de

lujuria, dilo honestamente. Es posible que sientas todavía la confusión de varias frecuencias, pero no experimentarás culpa. Sin embargo, si entras en una relación sexual con engaño y deshonestidad, crearás una deuda kármica que puede ser difícil de manejar. Espero que comprendas esto; es muy importante.

Hice un trabajo de consejero con una chica que había creado grandes fantasías sexuales. Salía con un montón de hombres que le atraían y creaba en su mente fantasías que excitaban las emociones de su cuerpo y causaba que sus zonas eróticas se prepararan para la realización sexual que podía no ocurrir. Era en verdad un amor no correspondido —lo cual puede ser bastante frustrante. Después de un tiempo, esta frustración puede ser nociva para la conciencia ya que la persona avanza con gran confusión.

Después de trabajar con esa persona y ayudarla a liberar el karma que producía todo esto, recibí su llamada telefónica. Me dijo "He perdido mi líbido". "¿Qué diablos es eso?" pregunté. Ella quiso ignorar mi comentario, así que la dejé. Dijo "Ya no siento lo que sentía antes. No siento que esté viva". "¿Estás hablando de tu impulso sexual?". "Sí" contestó. "Bueno ¿por qué no lo llamas impulso sexual en vez de tratar de entrar en otros juegos? No hay nada malo con el impulso sexual. Está muy bien en su lugar". Pero ella había inclinado tanto la balanza en la dirección de las relaciones sexuales —se había endeudado tanto en las áreas síquicas, emocional, mental y etérica— que al equilibrar lo sexual se sentia en un estado de neutralidad. Esto le preocupó y me dijo "¿Cuánto tiempo voy a permanecer en este estado neutral?" "¿Quieres regresar a esas otras sensaciones y

experiencias? ¿Quieres regresar a esos patrones?" pregunté. "¡Ay, no!" contestó. Dije "Se te está dando este tiempo para que no seas controlada por las energías creativas provenientes de la parte inferior de tu cuerpo, para que puedas contemplar y elevarte espiritualmente; para que le des a tu vida el orden que le ha faltado todos estos años". "Eso está bien, pero ¿volveré a tener una vida sexual normal?" preguntó. "No tengo la menor idea de lo que es normal. Si normal significa tener relaciones sexuales cuatro veces al día, dudo mucho que vuelva a ser como antes". "Es difícil" dijo "porque estoy viviendo con un hombre y no lo disfruto". "¿Acaso te has puesto a pensar que probablemente tu karma con esa persona ya terminó?" le pregunté. "Sí, pensé en éso. Pero ¿recuperaré mi impulso sexual?" "Nunca perdiste tu impulso sexual" contesté. Ella tenía dificultad en comprender que la creatividad que expresaba durante la relación sexual, ahora se estaba elevando y retirando aquellas cosas que la habían confundido. "Sí, me siento mucho mejor" me dijo. "Me siento mejor física, emocional y mentalmente, y me doy cuenta de que durante dos meses esas viejas fantasías y emociones no me han molestado. Pero ayer comencé a preguntarme por qué ya no tenía esos impulsos que acostumbraba a tener". Con eso, ella volvió a ubicarse en la confusión, pero todo era parte de su crecimiento y su aprendizaje.

Muchas veces, cuando la gente siente que disminuye su impulso sexual, piensa que está perdiendo sus habilidades, así que se apresuran a ver cuántas personas están dispuestas a entrar en una relación sexual con ellos, y es entonces cuando realmente entran en confusión. La gente me pregunta en consultas privadas y en reuniones

abiertas: "¿Con qué persona es correcto tener sexo?". Mi punto de vista siempre ha sido "Con quien tu quieras. Eres tú quien lo hace". Luego preguntan "Pero cuando lo hacemos ¿acaso recogemos karma por estar tan estrechamente relacionados con otra persona?". La respuesta es "Sí, intercambias ciertas cosas kármicas". Luego dicen "Pero yo no quiero hacer eso, y sin embargo quiero seguir involucrándome con otro ser humano en una actividad sexual. Siento que es parte de mi expresión aquí". Mi sugerencia es que encuentren a alguien que tenga una Luz espiritual muy brillante y que se esté movilizando hacia Dios para que así no tengan mucha dificultad en la relación. El problema aquí es que todos tienen una aureola sobre la cabeza y dicen "Aquí estoy, yendo hacia Dios y soy verdaderamente espiritual". Existe mucho engaño espiritual en esta situación y el nivel de las palabras puede ser muy engañoso, por eso si le das tiempo a la gente la mayoría demostrará, a través de sus acciónes, en dónde está espiritualmente.

No me interesa lo que hagas en los niveles inferiores, porque si yo estoy trabajando contigo en el Espíritu, el trabajo espiritual que realizo contigo no se detendrá. Puedes hacer lo que gustes pero, de nuevo, lo que hagas puede retrasarte en la toma de conciencia del trabajo que está sucediendo en el Espíritu. Las elecciones son tuyas. No me interesa lo que decidas, puesto que en tanto digamos que estamos trabajando juntos para liberarte dentro de la conciencia espiritual superior, entonces ése es el trabajo que haré.

Prostitución

No hay ninguna necesidad de rotular o de ponerle nombres a la gente. Si vas por la calle y ves a una "princesa de la vida alegre" (una prostituta) no hay ninguna necesidad de insultarla. No conoces su karma, no sabes lo que le ha sucedido en la vida, entonces ¿para qué rotularla? Quizá esté terminando alguna situación kármica que la liberará de este nivel. Si entras en juicios podrás encontrar que tú también puedes experimentar esa expresión. Puede ser una vida difícil, pero al mismo tiempo, es sólo otro nivel de expresión.

Debido a que las prostitutas reciben tantas frecuencias en sus cuerpos, tienden a perder la noción de quiénes son en realidad. En una noche, una prostituta puede recibir en su cuerpo cinco frecuencias distintas. Luego va a su casa y tiene dificultades porque llega a un punto donde dice: "No valgo ni un centavo". Esto es preocupante, porque está negando al Espíritu dentro de ella, el cual se está expresando de esa forma para cumplir ciertas acciones. Ahí es donde radica la preocupación.

Una mujer vino a mi para una consulta y hablé con ella sobre el patrón de toda su vida, y nunca utilice la palabra "prostituta". Antes de que llegara ya sabía que se expresaba de esta manera, pero no había necesidad de rotularla. Después de la consulta le pregunté si tenía alguna pregunta que hacer y dijo "¿Por qué no hablaste sobre la prostitución?". Regresé la cinta de la grabadora un poco, la encendí de nuevo y dije "Ahora todo lo que debes hacer es sustituír la palabra 'prostitución' por estas palabras". "Pensé que hablabas sobre ello" comentó "pero no estaba segura". Yo dije "¿Por qué es

necesario que rotule algo antes de hablar sobre ello? ¿No podemos sólo ser? ¿No podemos sólo sentarnos aquí y hablar?".

Ella dijo: "Comprendo el karma de esta acción. ¿Cuándo terminará el karma? Yo dije: "Ahora mismo si lo deseas". "¿Quieres decir que no tengo que hacer esto más?". "No" contesté, "nunca más". Se fue. La vi tres semanas después y me contó: "Trabajo como secretaria y todo está bien". Esto sucedió hace años y todavía trabajo espiritualmente con ella. Si ustedes la conocieran, jamás se imaginarían que alguna vez se hubiera expresado en la prostitución.

Homosexualidad

Un día vino un hombre que dijo que era homosexual declarado. Le dije "Ni siquiera estoy seguro de saber lo que es eso". "Encuentro mayor placer en el cuerpo de los hombres que en el de las mujeres" me dijo. "Bien, ¿ahora sobre qué deseas hablar?" "Si mi jefe lo supiera me despediría". "Entonces, ¿por qué no se lo dices y ves si te despide? Si lo hace, ¿por qué no consigues otro empleo donde estés más contento y no estés bajo tanta presión?" Se le explicó que su problema no era lo que él llamaba su "homosexualidad", sino su *actitud hacia ello.* "Pero el siquiatra dice que estoy enfermo" dijo. "¿Te gustaría saber cuántos siquiatras, sicólogos y trabajadores sociales homosexuales hay en esta región?". Entonces se le mostró el karma de esa acción y dijo "Realmente lo comprendo, ¿puedo cambiarlo?" Yo dije "Este karma es un karma de toda la vida, a menos que puedas aceptar tu posición y que no te importe lo que piense la gente. Cuando te sientas claro en tu

interior, entonces habrás cumplido tu karma y se liberará". Pero él tenía un patrón completo de respuestas del ser básico que decía "La policía me encerrará en la cárcel. Me meteré en problemas. ¿Qué pensarán los vecinos? ¿Qué pensará mi madre? Soy un hombre pero me siento femenino". Tenía una explicación para cada actitud y le dije "*Eso* es lo enfermo. Esa parte es enfermiza porque todavía no ha sucedido nada malo y estás aumentando tanto tus miedos que corres asustado. No puedes sentarte a disfrutar de una taza de café por temor a que alguien descubra algo que está dentro de tí".

El equilibrio de polaridad del ser básico puede, en parte, determinar las preferencias sexuales de una persona. Si un hombre tiene un ser básico femenino, particularmente si ese ser básico es fuerte, puede sentir una gran afinidad hacia las cosas femeninas y quizá se sienta más cómodo expresando su sexualidad con otro hombre que con una mujer. Lo mismo se aplica a una mujer cuyo ser básico es masculino: ella puede descubrir que se expresa mejor con otra mujer. Un hombre con un ser básico masculino o una mujer con un ser básico femenino, *también* pueden expresar homosexualidad, pero eso probablemente sea una situación kármica para ellos.

Masturbación

Cuando a los hombres o a las mujeres se les niega la expresión sexual natural con otra persona, con frecuencia desvían sus energías sexuales hacia otras formas de expresión sexual, como la masturbación. En algunas comunidades monásticas del Tibet o de la India, los

hombres viven durante muchos años y nunca ven a una mujer, pero sin embargo se repiten los procesos de masturbación lo cual puede ser una expresión negativa —al masturbarte, generalmente creas algo en tu mente que no es real, y te haces creer que está ahí cuando en realidad no está sucediendo nada. Algunas personas dicen: "Me voy a la India o al Tibet, o a China para convertirme en un hombre santo. Me voy a rasurar la cabeza, a ponerme un manto color azafrán y a renunciar al mundo y a no tener mujeres alrededor, así no seré tentado —excepto en la mente. La gente que es astuta y consciente, ha visto que más del setenta por ciento de esas personas que se niegan a sí mismas la expresión sexual utilizan su creatividad no en la elevación espiritual, sino en una auto-gratificación sexual. ¿A quién creen que engañan? ¿Qué clase de juego es ese? Han liberado la energía sin ningún propósito, sin ningún beneficio. Esa energía va a permanecer en su presencia y volverá la noche siguiente en forma cíclica para que suceda de nuevo. Pero para afuera, para la calle, la imagen es "Soy un hombre santo, más santo que tú". Sin embargo, esa misma noche de nuevo tienen dificultad para satisfacer sus niveles de creatividad y de sexualidad.

La energía sexual es una energía muy poderosa. En la masturbación, se crea una energía tremenda que no se puede liberar porque no hay nadie ahí en quien liberarla. Así que continúa creándose y reciclándose. Se pueden crear formas mentales* desde el proceso de masturbación. Estas formas mentales pueden ser tan grandes

*Forma Mental: Energía que se crea por la repetición mental

que llegan a extenderse más allá del cuerpo físico de una persona, lo cual puede ser interpretado de diferentes formas: "El cree que es el semental local", o "En realidad se cree un Don Juan", o "Percibo algo curioso en él y no le tengo confianza", o "Tiene cierta cualidad animal en él". Esta clase de formas mentales pueden dificultar que un hombre tenga una relación sexual satisfactoria con una mujer de modo que puede continuar añadiendo los patrones de conciencia de la masturbación a la forma mental. Cada vez permite que sus niveles más bajos lo "manejen" y controlen su vida y ésto hace más difícil liberar sus energías en una forma positiva y puede convertirse en un ciclo difícil de manejar.

Si un hombre se masturba con frecuencia, y tiempo después decide casarse, quizá descubra que la imagen que ha creado por medio de sus propias energías sexuales, no puede ser satisfecha por la mujer. Así que se divorcia, escoge otra mujer, descubre que tampoco ella puede satisfacerlo. Se divorcia, y así sucesivamente. Quizá finalmente diga "No me gustan las mujeres". Quizás con lo que él puede relacionarse es con las páginas de una revista y con su imaginación. Bueno, ésa es una forma de expresar sexualidad, pero no es la más positiva. La negatividad del hombre no se puede liberar en forma efectiva a través de la masturbación. Por lo cual esa negatividad se recicla continuamente y el impulso de liberación continúa. Puede ser una situación infeliz e insatisfactoria.

Androginia

Estamos bien enterados de la conciencia de bipolaridad, de ser negativo (femenino) o positivo (mas-

culino). En tiempos pasados, bastaba una mirada para identificar a alguien como masculino o femenino. Pero cada vez más, hay jóvenes con quienes no se tiene la seguridad de si ese cuerpo es un cuerpo masculino o un cuerpo femenino. Hay algunas modas que de alguna manera lo han reflejado. Se llaman "unisex" o moda de "un sólo sexo". Hoy en día hay muchos estilos de ropa que pueden ser usados por hombres y por mujeres.

Con frecuencia las personas que son andróginas no comprenden su propia naturaleza, así que no se sienten equilibradas en muchas situaciones que parecerían "normales" a otras personas. Si son andróginas por naturaleza, necesitan tener un *equilibrio* interno. No necesariamente tienen que estar en contacto con ninguna persona para alcanzar el equilibrio, ya que ellos mismos pueden crearlo. Si están en equilibrio interiormente, cualquier contacto con polaridades "cargadas" positivas o negativas, tiende a sacarlos de equilibrio. Tales situaciones pueden colocarlos en distintas posiciones de conciencia. Una puede ser un estado de evasión (ir a pescar o a cazar en la imaginación) otra puede ser pensar: "¿Qué estoy haciendo aquí?" O sentir gran incomodidad por lo que está sucediendo. Muy a menudo esta gente de conciencia andrógina trata de encajar en un mundo diseñado para las polaridades femenina y masculina, encajar en la vida tal como ha sido establecida por la sociedad. Entonces descubren: "¡Dios mío! ¡No encajo! ¿Cómo es posible que esté aquí y no encaje? Necesito encajar, sin embargo soy un desadaptado". Entonces comienzan a agruparse y en esos grupos es probable que representen una cultura bastante inusual. Quizás digas "Estas personas son diferentes" y a la vez te sea difícil identificar cuál es la

diferencia. El cuerpo físico bien puede asemejarse a cualquier otro cuerpo en este momento específico de evolución. Muchos de esos seres andróginos están cerrando una brecha entre lo que ahora es la antigua raza raíz del planeta, y la raíz de la nueva raza que está llegando. De ese modo la conciencia andrógina puede estar reflejándose más en actitudes y expresiones que en la estructura física.

Durante los últimos 2000 años, o quizá más, la gente ha tratado de volverse andrógina y te diré cómo han tratado de hacerlo. Un hombre y una mujer se involucran en un patrón de matrimonio, pero a la mujer le gusta tener una noche para ella, en la que pueda salir y jugar a las cartas con sus amigas; y al hombre le gusta disfrutar de una noche con sus amigos. Esto es parte de una antigua batalla. La mujer dice "¿Por qué quieres salir con tus amigos? ¿por qué no te quedas conmigo?" El contesta "Por Dios, cariño, ojalá pudiera decirte, pero tengo que salir con ellos, tomar una cerveza o quizá jugar al billar, o quizá sólo pararme en la esquina y mirar" "¿Mirar qué?" "No se" contesta él. "Aún no lo he visto". En ese momento, ella puede molestarse y decir "Sí, mirar a las muchachas que pasan y luego seguir a una". Y él dice "No es esa mi intención". No puede decir "Mi intención es parte de esta realidad andrógina" o "Debo tener compañía masculina" —probablemente él no tenga comprensión de esa parte de su naturaleza. Y tal vez la mujer tampoco pueda decir que debe tener compañía femenina porque es parte de la realización andrógina. Sin embargo, las personas andróginas se unirán en un equilibrio tanto positivo como negativo y fluirán en ambas direcciones y se encontrarán a sí mismas expresando una dirección de polaridad y rehusando a ser

confinadas por las leyes de la sociedad que quizá estén en oposición con lo que está sucediendo en su interior.

La conciencia andrógina no está todavía en el orden del día, pero durante muchos siglos, la conciencia se ha estado moviendo en esa dirección. Al acercarnos más hacia la Nueva Era estaremos conscientes de que mayor cantidad de gente está expresando esa conciencia. Las personas que todavía no tienen esa conciencia por que no la han desarrollado ni nacieron con ella, ni han aprendido a gravitar hacia ella, pueden encontrarse en dificultades con respecto al mundo. Esas personas quizá traten de perpetrar sobre el planeta una nueva "era oscura", que mantenga las cosas en un punto de vista bastante rígido. Las leyes pueden volverse tan estrictas que tal vez lleguen a ser intolerables. Si piensas que aquellas leyes de "no escupir en el piso" eran divertidas, espera a ver las que esa gente puede tratar de establecer.

Según se presenten más personas con conciencia andrógina, se darán cuenta de que no son ni "esto" ni "aquello" —se darán cuenta de que tienen un punto de referencia distinto. Funcionan en un equilibrio centrado que es una escala muy estrecha, comparada con las polaridades opuestas de masculino y femenino. Pero en su escala interna son muy libres. Establecerán entonces nuevas formas, formas que veremos en el mundo social como nuevos tipos de vestir y nuevas formas de expresarse en los niveles de moralidad. Será la expresión andrógina realizada. El nuevo orden del día será "haz lo tuyo".

La conciencia andrógina viene a completar la Nueva Era. Muchas personas que se encuentran ahora en una

conciencia de bipolaridad, quizás comiencen a moverse hacia una conciencia andrógina, y esto puede causarles confusión, inseguridad y toda clase de sentimientos ambivalentes. Sin embargo, aguanta la sacudida y atraviésala. Pueden ocurrir cambios químicos en el cuerpo y quizá las neuro-energías también cambien. Algunas veces, puede traer manifestaciones externas violentas o sentimientos de incapacidad para manejar este cambio. Esto no le sucederá a todos, pero con seguridad le sucederá a algunos.

La gente con conciencia andrógina puede no sentir la necesidad de expresarse sexualmente. Estrictamente en el nivel sexual, probablemente no necesiten una expresión sexual, ya que poseen un equilibrio de polaridades positivas y negativas. Pero quizás se expresen sexualmente como una realización en el nivel emocional. Tal vez se casen y tengan familia, y se sientan muy cómodos con esa experiencia. Tal vez se expresen en una forma heterosexual u homosexual, o en ambas. En el rango de las expresiones sexuales posibles, tienen tantas posibilidades como una persona bipolar, pero también tienen la posibilidad de mantener el equilibrio de su propia energía creativa y de utilizar esa energía para elevarse hacia niveles superiores de conciencia. La persona de polaridad masculina o femenina también puede hacer ésto, pero la gente andrógina lo hará con mayor facilidad, en especial cuando entiendan y aprendan a trabajar con sus propias naturalezas.

Cooperando con tu expresión sexual

Si tienes problemas para expresarte sexualmente en la forma que deseas, tienes derecho a trabajar a través de ello, de la misma forma como tienes derecho a trabajar los celos, la codicia o los problemas emocionales, si es que tienes esas experiencias. Si tienes una enfermedad, tienes derecho a trabajar en ella y alcanzar la salud. Estas cosas suceden, son escalones en tu desarrollo. Son para experimentar y aprender, y entonces te mueves hacia expresiones superiores. Hace muchos años, si había un niño mongólico en la familia, nadie lo sabía, o si uno de los niños era retrasado mental, nunca se hablaba del asunto. En realidad esos niños tienen problemas y los trabajan en este plano a través de esa expresión. Uno de esos problemas consiste precisamente en relacionarse con la gente de una forma en que sean entendidos. Eso es lo que manejamos en estos niveles.

Si eres un hombre al que llamaríamos heterosexual, la primera vez que otro hombre se te acerque y te diga "Vamos a la cama" ¿hay alguna necesidad de ser grosero? No. Si prefieres no expresarte homosexualmente, sólo dile eso. Si vas hacia una chica y le dices "¿Quieres hacer el amor conmigo?" y te contesta "No, prefiero no hacerlo" quizás ella tenga la oportunidad de decirte las groserías que usaste con el tipo. Seguro. Pero ¿acaso eres eso que ella dijo? No es la moralidad del nivel físico lo que puede bloquear el flujo espiritual. Lo que sea que hagas con quien sea que lo hagas, en la privacidad de donde lo estés haciendo, en realidad es asunto tuyo. Nuevamente, lo importante es el flujo de energía, el intercambio de energía.

La Relación Amorosa

Resolviendo malos entendidos

Hay muchos aspectos de las relaciones personales, muchos aspectos de las relaciones amorosas, muchos aspectos de la expresión sexual, que pueden causar confusión, daño e infelicidad. Así mismo esos aspectos pueden contarse entre las más grandes fuentes de felicidad, alegría y realización. Se habla de amar y venerar tu casa. ¿Cómo lo haces? ¿Cómo veneras tu casa cuando la ha sacudido un temblor y sus cimientos están deteriorados? Ah... estás hablando de tu*casa*. Me refiero a tu *hogar*, entonces estás tratando con ese lugar donde reside tu Ser, la esencia de lo que Eres. Estás hablando acerca del que amas porque es el lugar donde reside el Ser que tú amas. Pero también hablaste de las pequeñas cosas como el mal aliento, la caspa, los rulos en la cabeza, el maquillaje que no se quitó en la noche, y levantarse gruñendo; te referias a todas estas pequeñas cosas que pueden aumentar la incomodidad. En algún punto tú y tu esposa eran compatibles —antes de que juzgaras inadecuadamente. Sabías más al comienzo.

La razón por la cual te sentías atraído por la persona con quien te casaste, por la persona con quien estabas involucrado en un nivel de amor no era para cambiar a esa persona por algo distinto. Era para amarla por sí misma. Si comprometiste esa posición, echaste a perder tu matrimonio.

Sé fuerte. Si eres un artista y tu esposa se casó contigo porque haces bellas obras de arte, y si ella desea que estés en casa con más frecuencia, quédate en casa y haz bellas obras de arte. Tu esposa te amará. Te casas y de

repente se vuelve: "No hagas esto, no hagas lo otro. Hiciste eso mal". No te casaste para eso, no te casaste para educar un marido o una esposa. Te casas porque esa persona es vital y porque amas a esa persona por lo que es vital en su interior —y después tratas de cambiarlo por una cosa no-vital. No vas a amar lo que no es vital, para terminar dejando a esas personas.

Con mucha frecuencia estamos muy ocupados tratando de cambiar a la gente o de complacerla. Eso no significa que no puedas llevarte bien con ellos, pero no necesitas sacrificar la herencia Divina que has venido a cumplir y a relizar. Si te vas a casar —y el matrimonio es una institución noble— cásate con alguien que pueda ver y entender estas cosas; entonces si llegas tarde a la galería de arte, tu esposa no pensará que estabas con otra mujer. Cásate con alguien con quien puedas sentarte y hablar de una filosofía en común. Cásate con la actitud de que cuando suceda algo en la vida, que a tu cónyuge le cueste manejar, tú sólo estarás a su lado apoyándole firmemente. No digas: "Si hubieras hecho lo que te dije, esto no hubiera sucedido". Debes enfrentar lo que está sucediendo, no lo que dijiste la semana pasada. Pero quizá quieras decir "¿Recuerdas lo que hablamos la semana pasada, y la antepasada y la anterior? Esto es algo similar mi amor, están conectadas. Es tiempo de que recapacites, porque quizá tengas un patrón de hábito yendo en tu contra de manera negativa". No le presentes las cosas a las personas de manera que les estés señalando su imperfección o tu propia perfección. Sólo presenta tu posibilidad de que algunas cosas pueden bloquear a la gente de recibir la *felicidad, salud y riqueza,* que les está llegando.

Entonces puedes alejarte sin decirles nunca otra palabra referente a eso, porque es su elección. Si no estaban conscientes del patrón quizás te estén muy agradecidos por ayudarles en su despertar. Es posible que te digan "Ahora lo sé, sólo que aún no puedo cambiarlo. Algo en mi interior me está deteniendo". Eso es karma y está bien. Entonces podrás trabajar para ayudarlos a superarlo; no juzgando el karma, sino sólo cooperando y sosteniendo la Luz para ellos. Esto es importante cuando estás trabajando con otras personas, especialmente con tu cónyuge.

¿Pero qué sucede cuando te lastiman, o estás molesto o fuera de equilibrio? ¿Qué debes hacer? Algunas personas dicen "No hables. Guárdatelo, no dejes que se enteren. Pásalo por alto, perdona y olvida". Si en realidad puedes pasar por alto, perdonar y olvidar, entonces te sugiero que lo hagas. Pero si estas cosas siguen repitiéndose, en realidad no has perdonado ni olvidado. Así que si no puedes perdonar ni olvidar totalmente, debes hacer algo más. Muchas veces tratas de descubrir los motivos que tienen otros para hacer lo que hacen, a menudo atribuyéndoles mayor conciencia de la que tal vez tengan. Quizá estén haciendo cosas sin saber realmente lo que están haciendo. Así que quizá sea mejor que te hagas algunas preguntas: ¿Qué tan importante es para tí la persona que está haciendo ésto? ¿Es esa la persona que amas? Si en realidad amas a esa persona dícelo, para que él o ella estén conscientes de lo que estás experimentando. Si el amor es recíproco, quizá decidas que deseas trabajar a través de esos niveles de dolor y malentendidos, para que ambos puedan expresar el gran amor que sienten el uno por el otro. Eventualmente, tal vez decidas que quieres tener

un matrimonio o una relación de tipo permanente. Entonces estarán comprometiendo sus futuros el uno con el otro, y será mejor que se digan lo que está sucediendo, si eso va a afectar el futuro en común. Esta clase de comunicación se puede hacer en forma muy armoniosa. Ante todo, sé considerado y amoroso. Indaga cuál es la comida favorita de esa persona y prepárala, masajéale la espalda y asegúrate de que esté cómoda, ayúdale con los platos. Después siéntate y explícale a tu ser amado que tienes un punto de vista; explícale la forma en que has visto algo y admite que realmente no estás seguro si lo has visto de la forma más acertada que podría ser. Pídele ayuda a tu cónyuge. Un pedido honesto de ayuda es difícil de negar. Cuando alguien viene a mí solicitando ayuda para clarificar una situación, casi siempre veo la situación y en realidad me esfuerzo por ayudar a la persona, aún cuando haya sido yo el causante de la irritación. Miro, y muchas veces cuando presento mi punto de vista, descubren que no había necesidad de irritarse. Frecuentemente, cuando vemos el punto de vista de la otra persona, descubrimos que en realidad no fuimos conscientes de que nuestras acciones estaban causando irritación, y entonces podemos cambiarlo. Todos tenemos la habilidad de cambiar. Si deseas cambiar algo, sólo cámbialo. Pero la clave grande está en querer el cambio.

Cooperación

Si las cosas no están fluyendo bien contigo en tu hogar o en tus relaciones amorosas, puedo apostar que sabes dónde está el bloqueo. ¿Sabías que el nerviosismo te está diciendo que no estás alineado con lo que

está sucediendo? La gente dice "Estoy nervioso". Les digo "Deja de hacer lo que estás haciendo". "¿Dejar de hacer lo que estoy haciendo?" preguntan "Es una respuesta estúpida". "Bien" respondo "si quieres ponerte más nervioso, continúa con lo que estás haciendo y sabrás de qué estoy hablando". Una mujer engañaba a su esposo y eso la ponía nerviosa; estaba muy, muy nerviosa. Le dije: "Deja de hacer lo que estás haciendo". Lo hizo y poco después me dijo "Es maravilloso. Eres un mago. Mis nervios se han tranquilizado". No pasó mucho tiempo sin que su esposo viniera a mí y me dijera "Estoy muy nervioso. Tranquilizaste los nervios de mi mujer, así que pensé que quizá podrías hacer algo por mí". "¿Por qué no dejas de hacer lo que estás haciendo?" le dije. ¿Adivinen qué era lo que hacía? Correcto, estaba saliendo por la otra puerta. Bueno, también dejó de hacerlo. Fue maravilloso. En tres semanas terminó también su nerviosismo. Se acabaron los gritos y los niños empezaron a mejorar en la escuela y tuvieron una familia feliz y más tarde también encontraron un camino espiritual.

Una noche vinieron a verme y dijeron "¿Podemos hablar contigo unos minutos?" "Les voy a dar quince minutos y van a tener que contarme todo rápidamente porque voy a salir por la puerta". Dije ésto porque de otra manera les hubiera tomado un par de horas. Así, aunque se anduvieron con rodeos durante catorce minutos, en el quinceavo tuvieron que exponerlo todo. Sin embargo, fueron bastante listos. El dijo "Deseo aclarar algo con mi esposa y quiero aclararlo espiritualmente, y no sé a dónde más ir. No quise ir a la iglesia porque no creo que el pastor pueda entender. El podrá decir que cometí un pecado mortal o un pecado espiritual, o algo

así. De todas formas quise venir donde ti a aclararlo". Ella dijo "Tengo algunas cosas que quiero aclarar también y quise venir aquí para aclararlas". Yo dije "Esta bien". El marido se sentó cruzado de brazos y mientras me miraba directamente a los ojos, dijo "Cariño (le hablaba a su esposa pero no podía mirarla) te he engañado desde que nos casamos". Para entonces la reacción de ella fué "¿¿Has...??", pero no dijo nada. Se controló; me miró directamente (yo no decía nada) y dijo "Querido, estoy segura de que cada noche que me engañaste, yo también lo estaba haciendo". El dijo "¿Quieres decir que te has acostado con otros hombres????" "Sí. ¿Quieres decir que te has acostado con otras mujeres?" preguntó ella. "Sí" dijo él. Ella me miró y dijo "Debe haber sido con mujeres incapaces". "¿Cómo es eso?" le pregunté. Ella dijo "Porque no ha mejorado". Ahí me puse a reír. Y él dijo "Bueno, los tipos con los que estuviste tampoco fueron gran cosa". Estaban a mano. Pero su matrimonio había sido así: dormían en camas separadas y si ella se lastimaba el pie mientras iba de su cama a la de él, antes de hacer el amor, él le decía ¿Te has lastimado, mi amor? Ven acá y déjame que te cure". Pero después de que habían estado juntos con el intercambio de energía y de regreso a su cama ella tropezaba, él decía "Eres una tonta". Si en realidad es amor, entonces es amor cuando va y cuando viene. Es ahí donde tienes que mantener el equilibrio. Mientras estábamos hablando, los ví tomarse de las manos a escondidas y seguir aclarando cosas. Ella dijo "Algunas veces él tiene mal aliento y al besarme me disgusta". Le dije al esposo "¿Puedes arreglarlo?". "Desde luego. Sólo tengo que lavarme los dientes y hacer gárgaras". "Bien, ¿qué más?". Ella dijo: "Algunas veces también tiene mal olor en el cuerpo y me molesta". Le pregunté

"¿Puedes manejar eso?". "Desde luego. Me bañaré". Le dije "¿A propósito, sabías todo esto antes?" "No" me contestó "es la primera vez que lo escucho". Le dije a ella "¿Qué más?". "Sexualmente es muy rápido para mí". "Ah" dije "eso puede ser un problema. ¿Lo puedes manejar?". "No lo sé. ¿Cómo puedo hacerlo?". Le dije: "Lo que tienes que hacer es cambiar tus imágenes mentales. Piensas muy de prisa en la conclusión. Ella no. Ella va paso a paso". "¿Qué puedo hacer?" me preguntó. "¿Eres arquitecto, no es cierto?" "Correcto". "¿Por qué no diseñas una casa?". El dijo: "Bueno... empezaré diseñando la cama". Yo dije "Tal vez ese sea el tiempo que ella necesita para alcanzarte. Quizá tome un poco de práctica descubrir quién es la persona con quien estás compartiendo y a quién estás amando. Quizá tome tiempo. Pero por tu bien, por el bien de ella y por el amor de Dios, no tengas miedo de comunicarte". Entonces él dijo: "Bien, sé que tengo mal aliento y que mi cuerpo huele, ¿pero tiene que venir ella a la cama con rulos en la cabeza? ¿Y esas cosas en la cara?". Le dije a ella "¿Puedes manejar eso?". "Desde luego. Lo haré en otro momento. O me levantaré más temprano para arreglarme el pelo". "Bien, ¿qué más?". El dijo "Ella usa unos camisones muy cómicos que se atan por delante, y ahí estoy yo, bajo las sábanas, tratando de desatar los lazos... y además les hace un nudo doble". Sé que esto suena divertido ahora, pero en el momento que estaba sucediendo, a ellos no les parecía nada gracioso. Así que dije "¿Qué has hecho ante esa situación?". "Por lo regular la dejo de lado, me doy vuelta y me duermo". Le pregunté a ella "¿Qué piensas de eso?" "Bien, si él tratara primero de desatar el lazo todo estaría bien, pero no lo hace así. Primero comienza por hacerme el amor y para cuando desata el lazo yo ya me estoy dando por

vencida. He utilizado este método como mecanismo de defensa para desacelerarlo, para que cuando desatara el lazo yo estuviera lista, pero no funcionó muy bien". El dijo "¿Por qué no me lo dijiste? Yo estaba haciendo de tonto y no lo sabía". "Bien" le dije "¿puedes manejar eso?" "Creo que lo que puedo hacer es amarla más tiernamente, abrazarla, acariciarla, compartir con ella las cosas alegres, las cosas de amor y asegurarme de que está conmigo para que nuestro ritmo sea el correcto". Le pregunté a ella "¿Qué vas a hacer?". "Voy a usar un camisón corto". "¿Y tú?". "Yo no voy a usar nada", dijo él. "Bien, si no vas a usar nada, yo tampoco" contestó ella. Fue realmente bello observar cómo se unían. Vinieron a hablar acerca de cómo se habían engañado mutuamente y ya habían superado ese momento. Eso había sido clarificado y ahora estaban en la nimiedades de *por qué* la gente se engaña. No son las cosas grandes, son esas cosas pequeñas las que van en aumento, porque una de las partes no se compra un atomizador para el mal aliento y le dice a la otra: "Abre la boca, yo también voy a usarlo". Tienes derecho a hacer esto con la persona que amas, con la persona con quien vas a compartir una relación personal muy cercana. Tienes derecho a establecerlo de la manera que sea correcta y que ambos reciban un beneficio por ello, tanto sexual, como físico, emocional, mental y espiritual. Y luego también te beneficiarás de ello financieramente porque tu creatividad estará fluyendo como debería, fluyendo hacia el mundo y creando y atrayendo las cosas que necesitas. De otra forma, estarás caminando por ahí como un tonto.

Cuando ví a esos dos acercarse y tomarse de la mano, les dije "Cualquier cosas que quieran hacer legalmente

me gustaría que lo decidieran ahora mismo. ¿Van a entablar juicio por adulterio?". Me contestaron que no. "Bien, porque ustedes empataron" agregué. "Así es" dijeron. "¿Algo más en el terreno legal?" volví a preguntar. Ella dijo "El me entrega el cheque de su sueldo". "¿Vas a seguir entregándoselo?" pregunté. "Sí" contestó "ella maneja el dinero mejor que yo. Sería un tonto si no se lo diera". Dije "En otras palabras, las cosas legales quedaron atrás. ¿Por qué no dejan también atrás esas otras cosas?". "Y los niños", preguntó él "¿Dónde crees que podremos dejarlos el fin de semana?". "No entiendo" dije. "¿Dónde dejamos los niños? es que cuando salgamos de aquí nos vamos de luna de miel. De recién casados estábamos muy unidos, y si pudimos hacerlo entonces, podemos hacerlo ahora. ¿Qué hacemos con los tres niños?" "Pónganlos en un cuarto, al final del pasillo". "Tienes razón, podemos llevarlos". Así que se fueron de luna de miel, con hijos y todo.

Cuando estás intentando tener una relación exitosa con otra persona, esa persona puede pensar que estás tratando de cambiarla —y no hay necesidad de mentirle y decirle "Esto puede parecer como si quisiera cambiarte. *Estoy* tratando de cambiar algo porque me pone tenso esta situación. Si pudiéramos cambiar mi punto de vista hacia ello, quizás sólo éso sería necesario. Si no podemos cambiarlo, y antes de que se convierta en una batalla sin fin, quizás deberíamos ver a una tercera persona que pueda ayudarnos". Algunas veces las personas vienen con la perspectiva de que no se van a mirar a los ojos uno al otro y eso significa que el futuro juntos ha terminado, por lo que se van por rumbos separados. No estoy recomendando que la gente termine con la relación, sólo estoy diciendo que puede

suceder, a menos que cada uno se comprometa un poco y diga "Vamos a trabajar juntos para cambiar esto".

Responsabilidad emocional

Mucha gente vive envuelta en emociones y se expresa a través de ese nivel. Es interesante que la gente diga "pienso", cuando en realidad sabemos muy bien, que están diciendo "siento". Estamos en un planeta de "sentimientos" y es a través de este sentir que nos comunicamos la mayoría de las veces. Pero llega un momento en las vidas de muchas personas en que tienen que tomar decisiones que, casi inevitablemente, serán adversas a las emociones de alguien.

Por ejemplo, un joven crece en una familia, va a la escuela superior y se encuentra con una chica a la que quiere invitar a salir. Pero sucede que ella es de un status social (o alguna otra cosa) diferente al de él —o a la manera como la familia se ve a sí misma. Así que la invita a salir y no dice nada al respecto. Pero si deciden comprometerse, traen discordia a la familia. La decisión será adversa para el resto de la familia.

Una persona sabe cuándo está creando este tipo de conmoción. Si puede manejarlo, está bien, pero si no puede hacerlo, entonces quizá sería acertado escuchar el punto de vista de la familia y compararlo con otros puntos de vista, y luego tomar una decisión basada en una evaluación inteligente, más que en factores emocionales.

Hace muchos años yo era consejero pre-matrimonial, y mucha gente venía a verme. Hacía un análisis de cada uno y después les dejaba ver por sí mismos cuál era la situación. Algunas veces descubrían que sus actitudes eran tan dispares que, posiblemente, al poco tiempo de casados se separarían. Yo les sugería: "Antes del matrimonio, antes de que hayan invertido emocionalmente el uno en el otro, antes de que hayan invertido económicamente, antes de que haya familia en camino, echen un buen vistazo. Sería más fácil para ustedes tomar ahora una decisión que eventualmente van a tomar, en lugar de esperar unos años, cuando tal vez haya una familia involucrada de modo que su decisión afectará a otras personas. *Ahora* es tiempo de darse cuenta".

Como consejero, yo permanecía neutral, mantenía mis sentimientos fuera de las situaciones, pues en realidad no me importaba si se unían o no. Ellos me decían "En realidad no te interesa que hagamos una cosa o la otra. A nuestros padres sí, y están usando toda clase de influencias respecto a toda clase de cosas. Y a nuestros amigos también les importa y están tratando de influirnos. Pero a tí no te importa". "Eso es cierto" les contestaba. "Todo lo que me importa es que ustedes decidan lo mejor para *ustedes*. La decisión que les va a traer mayor felicidad".

Muchas veces, la pareja decidía irse por caminos separados y mirar por ahí durante un tiempo, a ver si había otra persona con la que pudieran congeniar mejor. Y muchos se casaron con otras personas. Por medio de cartas, postales y llamadas de teléfono me mantengo en contacto con ellos. Me dicen "La razón por la que nos

mantenemos en contacto contigo es porque eres neutral en lo que dices, y en esa neutralidad podemos ver de una forma más clara lo que estamos haciendo. Podemos tomar decisiones que no son tan adversas hacia otras personas".

Regresemos al joven de la página anterior. Si continúa saliendo con esa chica y decide que quiere casarse con ella, va a tener que soportar una tremenda discordia en el ámbito familiar. La gente siempre puede ver de manera exacta lo que otra persona debería hacer con su vida, aunque ellos tengan dificultades con sus propias vidas. A menudo los padres hablan desde una posición de autoridad. Dicen "Soy mayor que tú. Sé más". En esos momentos, algún sabio dirá: "Cuando veo tu vida, me doy cuenta de que es mejor que no escuche lo que dices, porque te la pasas cometiendo errores en tus decisiones. Aún así te quiero mucho, pero no obstante esa es la realidad. Si me has criado de alguna forma, lo has hecho para que piense por mí mismo. Puedo tomar mis propias decisiones. Puedo ver cuando las cosas estan fuera de equilibrio, puedo cambiar de opinión y tomar una decisión más acertada y también puedo aprender de mis errores y desaciertos".

Pero muchos padres no reconocen estas habilidades en sus hijos. Dicen "Soy tu padre, harás lo que digo". Los padres no tienen ese derecho, y cuando tratan de imponer ese tipo de autoridad, se crea una separación entre las generaciones, debido a que se han olvidado que la sabiduría no está confinada a una edad en particular. La sabiduría está donde la encuentras, y la verdad también esta donde la encuentras.

Cada persona debe escoger por sí misma. No hay necesidad de tratar de influenciar a otra persona de una u otra forma, sino que puedes ser honesto, presentar puntos de vistar y decir solamente "Esto produce esto, y aquello esto otro. Y por otro lado, eso producirá aquello, lo cual producirá esto otro, etc." Puedes presentarle tres o cuatro alternativas. Lo que sea que la persona escoja, estará bien para tí, porque no estarás involucrado emocional ni egoístamente. Si sólo presentas una alternativa, a menudo descubres que las emociones y el ego están involucrados y tratas de controlar la decisión de la persona. Entonces, si la persona decide en tu contra, experimentas toda clase de heridas, molestias y confusión.

Cuando las personas sienten este tipo de control, se defienden. Dicen "Te amo, pero déjame respirar mi propio aire". Se sienten sofocados de muchas formas. Cuando puedes mirar a una persona y decirle "Te amo; haz lo que quieras" esa persona dice "¡Viva! ¡soy libre! y si soy libre no tengo que probárselo a nadie. Yo también te amo y puedes hacer lo que quieras". Tú dirás "¡Viva! Eso también me hace libre. VAMOS... RECORRAMOS EL CAMINO JUNTOS".

Veamos al hombre y a la mujer como si fueran un roble y un pino. Ninguno puede crecer a la sombra del otro. Ambos tienes que alejarse lo suficiente para echar buenas raíces. Esas raíces podrán mezclarse en el fondo y, cuando los árboles crezcan, sus ramas se tocarán y se entrelazarán, pero cada uno actuará de una manera poderosa y distinta y que se une al otro en armonía. Esa acción es la que dice: "No cambies por mí, porque nunca podrás complacerme. Si cambias, cambia porque quie-

res hacerlo y porque deseas complacerte. Permíteme la libertad de cambiar como yo quiero, para que yo pueda complacerme a mí mismo". Cuando te complaces a tí mismo, cuando tomas la decisión de complacerte a tí mismo eres feliz en tu interior. Entonces haces feliz a la gente que te rodea. Esa felicidad burbujeará a tu alrededor y dirás "Me siento tan bien. Deja que te rasque la espalda. Déjame arreglar eso por tí. Déjame hacer esto por tí. Me siento bien". Pero cuando te estás sintiendo miserable, dices "Arréglalo tú. Déjame solo. No me molestes. Tengo dolor de cabeza. Me duele la espalda. Estoy cansado".

Cuidarte a ti mismo es en realidad una forma de egoísmo, egoísmo *positivo*. Si te cuidas a tí mismo primero, podrás entonces cuidar mucho mejor a tus seres queridos, pero si te sacrificas a tí mismo ¿Cómo podrás ayudar a nadie? Te daré un ejemplo. Conozco una señora muy bella, quien ama a su familia tremendamente; tiene siete niños, y cuando todos eran pequeños, uno tras otro contrajeron varicela. Después de salir de la varicela, comenzaron con paperas. Fue uno de esos años en que los chicos se contagiaron de todo, pero la madre los amaba tanto, que permanecía velando noche tras noche. Los chicos estaban incómodos, rascándose y llorando y ella iba y venía tratando de que todos estuvieran cómodos. Durante el día, el esposo le exigía parte de su tiempo y le sugirió que descansara. Ella contestó "No puedo descansar porque los niños me necesitan". El le advirtió: "podría ser realmente difícil para ellos si tú no te cuidas". Ella no podía aceptar esa idea. Poco después tuvo que ingresar al hospital por agotamiento físico, mental y emocional. Estaba sencillamente agotada. Tuvieron que traer dos enfermeras

para terminar de cuidar a los niños y hubo cuentas por las enfermeras y el hospital, y otra enfermera que cuidara a la madre durante su recuperación. Por no haberse cuidado, no pudo cuidar a su familia y los niños no entendieron cuando ella no estuvo presente. En su forma personal le dijeron "¿Por qué no te cuidaste? Nos preocupamos por tí cuando estabas en el hospital y tratábamos de mejorarnos. Nos preguntábamos si estabas enferma, si ibas a morir, si regresarías a casa y te aliviarías". Los niños se quedaron en cama y lloraron porque ella no estaba ahí cuando ellos la necesitaron. Ella dijo "¿Cómo pude ser tan estúpida y no ver?".

Algunas veces olvidamos que si no nos cuidamos como para valernos por nosotros mismos, no podremos ser de mucha ayuda a los demás. Si estamos tan obsesionados con nosotros mismos, vamos a echarle encima nuestros problemas a alguien más. Los arrastraremos con nosotros. Si un integrante de la pareja tiene un problema emocional, esa persona puede causar confusión emocional en la otra persona y la relación matrimonial se verá debilitada. Su existencia se debilitará. Si alguien de los que te rodean está molesto emocionalmente, dile que no te lo "pase". Puedes ayudarle a esa persona a que lo trabaje, pero no hagas tuya esa confusión o esa molestia. No tienes por qué permitirlo. Sé un poco egoísta, de una manera positiva.

Puedes expresarte en una conciencia de sacrificio, sacrificio y más sacrificio, y si eso te funciona, adelante, hazlo. por mi no hay problema. Pero si te das cuenta de que tu sacrificio te hace sentir irritable y molesto y si deseas pegarle a alguien, entonces quizá no te esté funcionando. Si comienzas a resentir a aquellos por

quienes te estás sacrificando entonces no puedes amarlos de verdad. Vas a molestarte con cada elección que hagan y ellos se van a molestar con cada elección que tú hagas. En algún punto vas a tener que echarte para atrás y decir "Mira, eres una persona inteligente, sabes cómo elegir. Sabes cuáles son mis sentimientos. Te los he dicho. Ahora puedes tomar una decisión basada en ese nivel de sentimiento".

Algunas veces quizás te encuentres experimentando una soledad tan tremenda que, no importa hacia donde voltees, no encontrarás nada excepto esa soledad. Así que le dices a tu amada "Tú no me estás haciendo feliz. Soy muy infeliz". Quizá te conteste "Es tu problema. Resuélvelo". Entonces de verdad te pones molesto. Pero el hecho es que tu amada lo dijo acertadamente porque eres tú quien tiene que manejarlo. Esto no se dice para despreciarte, sino como la aseveración de un hecho, y como una sugerencia muy sincera, *manéjalo. Puedes* manejarlo, porque sabes qué es lo que te puede hacer feliz. Generalmente ¿qué es lo que hace feliz a una persona? Pensar en forma consciente acerca de cosas felices. Esa es una forma de definir la felicidad. Cuando piensas en cosas felices diriges tu mente hacia aspectos positivos. ¿Cuál es la cosa más feliz en la que puedes pensar? ¿Comprender a alguien y que te comprenda? No, eso no es suficiente. Debes dejar que tus seres queridos sean *responsables* por sí mismos. Debes confiar en que van a aprender, en que pueden entender, en que van a crecer. Debes dejarles ser responsables por sí mismos. Pero eso tampoco es suficiente. Debes decir con mucho entusiasmo "Adelante, hazlo a tu manera. Está bien".

Por el contrario con frecuencia dices "Sí, creo que puedes hacerlo si en verdad te lo propones. Pero no esperes encontrarme aquí cuando regreses". Entonces ellos piensan "Vaya, vaya. En realidad no confías en mí. No me dejas ser responsable. No me entiendes. No me amas". Algunas veces se llega al punto en que tu cónyuge *sabe* que no lo amas, pero eso puede no ser del todo verdad, puede ser sólo la forma en que fue expresado. Sin embargo, cuando existen este tipo de heridas y molestias emocionales es difícil ver de manera profunda a la otra persona y darse cuenta de la belleza que hay allí. Debes ir más allá de las imperfecciones del nivel físico —el hecho de que se hurguen la nariz en público, que usen calcetines que no combinan, que no hablen bien— ... de esas cosas pequeñas que no son perfectas y nunca lo serán. Esas cosas pequeñas, a menos que se las tome en forma muy casual, pueden llegar a ser cosas muy grandes que tal vez no resuelvas nunca, porque en realidad no tienen justificación. Se convierte en "Dijiste esto, y dijiste aquello". Se vuelve un momento de recriminaciones.

Unicamente encontrarás felicidad dentro de ti. Cuando la hayas encontrado en tí mismo, la otra gente sólo la amplificará. Pero si te interrumpen los "momentos felices" y puedes mantener esa felicidad interior, entonces nadie podrá jamás interrumpir los "momentos felices". Si estás pendiente de que tu felicidad llegue de afuera, si estás buscando una forma externa para elevarte por lo que alguien más haga; si estás buscando una elevación ¿qué va a suceder cuando esa otra persona ya no se encuentre ahí para hacerlo por tí? ¿Qué vas a hacer? ¿Qué vas a hacer cuando cierres tu puerta por la noche y te encuentres solo, y no haya nadie que te

entretenga? ¿Te vas a ir a las profundidades de la desesperación? O vas a decir "No importa. Puedo tener una felicidad personal interna. Voy a pensar en las cosas bellas que deseo. Puedo volver a decorar mi cuarto. Comenzaré con el color con el que quiero pintarlo". En forma consciente comienzas a dirigir tu mente. Comienzas a tener pensamientos felices. Pero las emociones aún están ahí diciendo "Me han rechazado". Así que mientras tienes pensamientos felices en un nivel, las emociones llegan a arrancar todo desde el fondo de ti diciendo "Esa persona no me ama. ¿Qué pasa si no viene a casa? Debería haber llegado hace rato". Así que también debes dirigir tus emociones, y ésa es la parte difícil. Debes convencerte de que la persona que no ha llegado, realmente te ama. Quizás al tomar una flor y arrancar los pétalos en forma supersticiosa, digas "Me ama; no me ama" pero si terminas con un "No me ama" y crees que es un presagio *divino*, se lo haces saber tan pronto entra en la casa. Y si terminas con un "Me ama", no manifiestas este presagio divino cuando llega, y de todas formas le haces saber de tu enojo.

Así muchas veces, por esas pequeñas situaciones diarias, la persona que amas comienza a convertirse en "el enemigo". ¿Quién es en realidad el enemigo? Cuando haces algo que no es muy inteligente y te descubren ¿quién es el enemigo? ¿Tú,o el que se dió cuenta de lo que estaba sucediendo? Es importante ser honesto acerca de estas cosas. También es importante que cuando estés tratando con tu ser amado, no olviden decirse uno al otro "Te amo" después de alguna discusión. Quizás no sea "Te amo" como esposo o como esposa, sino "Te amo" por el Espíritu que reside en tí, porque eres una extensión de Luz, de Dios —y porque yo

puedo sobrepasar el nivel de la personalidad que causa los malos entendidos.

Niveles de manifestación de amor

Existen diversos niveles de amor que vamos a ver rápidamente. Existe el amor sexual, el de las relaciones sexuales. Si dos personas se casan basadas en un amor sexual, probablemente el matrimonio durará de seis a ocho semanas, hasta que termine la luna de miel. Quizá logren un anulamiento basado en la incompatibilidad porque la relación se basó exclusivamente en que el hombre colocara su cuerpo dentro de la mujer para ver qué sucedía. Luego descubrieron lo que sucedió y se acabó esa situación.

Si el amor se basa en lo físico, si es un amor físico, se pueden considerar más variantes. Digamos que te casas con una persona por determinados atributos físicos, quizá tiene una figura de 90-60-90 o quizá por sus hombros anchos o su cintura. Pero esos atributos físicos pueden cambiar después de un año de no andar en busca del sexo opuesto, o de no mantenerse en forma por estar mirando mucha televisión, porque, después de todo ya no estás *tan* interesado en el sexo.

Sabes, el sexo te mantendrá en forma si estás haciendo tus cosas en forma correcta, porque el intercambio de energía te ayudará a mantenerte en equilibrio. Pero al comenzar a disminuír tu actividad sexual, quizá entres en aspectos sustitutos del patrón sexual. Algunos de los sustitutos comunes del patrón sexual son las comidas o las bebidas alcohólicas. Ambas tranquilizan al ser

básico. Así que te sientas con una caja de cerveza y te tomas dos o tres cervezas, comes algunas galletas y después te vas a la cama. Este tipo de comida entra rápidamente en los tejidos. Si haces esto durante un año, tendrás un estómago bastante notorio. Tu cónyuge te verá y dirá "Dios mío, ¿me casé contigo? Otra persona debe tener lo que busco". Así que tu cónyuge va al gimnasio y trabaja para reducir peso y ponerse en forma, siendo más atractivo sexualmente... para alguien más. Un matrimonio basado en la atracción física, durará cerca de un año.

Si el matrimonio está basado en un sentimiento emocional junto con la atracción sexual y física, entonces ambos tendrán ciertos sentimientos en común. Quizás a ambos les guste sentarse a ver el atardecer o escuchar la misma música. Si la emoción está ahí, en realidad no necesitas amor sexual o físico, pero sí necesitas la calidad emocional. Sin embargo si uno de los cónyuges llega a cambiar de actitud o de preferencias, y las emociones ya no se igualan, resulta que "...no me importan los atardeceres. Prefiero ver el amanecer". Y el otro dice "No me gustan los amaneceres porque me gusta dormir tarde". Y el compañero dice "Entonces duerme tarde con otra persona, yo amaneceré con alguién más". Un matrimonio así puede durar de dos a tres años. Pero si no puedes hablar con tu pareja, se puede volver bastante aburrido. Después de que has sentido que el sol sale y que se oculta, después de que has escuchado a Bach y a los Beatles, después de tres años en esto, si te vuelves hacia tu compañero y le dices "¿Te gustó como tocaron la quinta sinfonía?" y él contesta "¿Qué?" puedes comenzar a sentirte solo mentalmente. Ese es uno de los sentimientos más

tormentosos que puedes sentir y no hay nada peor con excepción de sentirse espiritualmente desconectado. La realidad es que puedes estar sin sexo durante largo tiempo, puedes estar sin emociones durante largo tiempo, y puedes andar sin cuerpos físicos cerca por largo tiempo. Inclusive muchas veces *quieres* permanecer alejado de ello. Vas a tu cuarto y cierras la puerta para alejarte de la gente, pero si no puedes hablar con tu cónyuge acerca de las cosas que te interesan, llega a ser bastante solitario.

Imagina que uno de la pareja está estudiando la "Conciencia de Krishna" y el otro está siguiendo a "Jesús", tal vez no sea lo que llamaríamos una conversación. Cuando no hay un entendimiento mental, la soledad empieza a llegar. Es por eso que muchas de las iglesias que se denominan ciencia mental o religiosa dicen que la mente es importante. Han tenido la experiencia suficiente para reconocer su importancia. Si te puedes comunicar mentalmente, el matrimonio puede durar toda una vida. En tanto puedas sentir casi las mismas cosas emocionalmente, en tanto no sea el cuerpo donde pones tu atención, en tanto puedas intercambiar energía sexual en forma periódica, el matrimonio puede durar toda la vida. De otra forma, durará hasta que los hijos puedan mantenerse por sí mismos. Luego los padres tal vez se divorcien.

Lo que estamos diciendo es que muchas veces la duración de los matrimonios basados en un amor sexual, físico, emocional o mental, es muy limitada. Todos estos son matrimonios limitados, matrimonios limitados de los reinos negativos. Pero cuando llegamos al amor espiritual, los matrimonios pueden durar eternidades.

Responsabilidad espiritual

Es importante mantener tu propia identidad y tu propia individualidad, aún cuando te encuentres involucrado en una relación muy íntima con otro ser humano. Quizás en ese momento sea especialmente importante. Es importante darte cuenta de que no tienes que tratar de ser nada que no seas. No tienes que vivir de acuerdo a la expresión de la otra persona. Te das cuenta de que sólo puedes ser tú, y entonces es muy fácil. No tienes que hacer lo que hacen los demás. No tienes que ser como los demás. Todo lo que tienes que hacer es lo tuyo.

Y dices "¿Qué es lo mío? Algunas veces lo "mío" se ha envuelto tanto en lo "de ellos" que no sabes qué hacer. Así que empiezas a soltarte. Llega el esposo y le dice a la esposa "Cariño, creo que en realidad deberías tener otros intereses y salir más de la casa. Estás aquí metida todo el día". Así que ella responde "Bien, esta noche iré al seminario". "No, no irás" dice él "al seminario no". "Pero dijiste que debería tener otros intereses fuera". El dice "Si, pero eso no". "Entonces, ¿qué tal el grupo de bridge?" pregunta ella. "No. eso tampoco. Todo lo que hacen es sentarse y murmurar, no es nada constructivo". Entonces ella dice "¿Puedo participar en la liga de bolos?" El dice: "No, no me gusta esa gente". Así que de nuevo se trata de extraños patrones de control. Tan pronto como comiences a respirar el aire por otros, te encontrarás con que se enferman. Y cuando se encuentren cerrados al Espíritu, entonces tú te enfermarás físicamente, así como emocional y mentalmente.

De este modo cuando surge un problema, vas a ver al doctor y te da toda clase de remedios para fortalecerte y para que puedas resistir más los problemas emocionales y las dificultades mentales. Andas por ahí caminando en un cuerpo bien formado y bello, enfermo en su interior. Vas a un sicólogo o a otra forma de terapia y trabajas todas tus emociones, sientiéndote fantástico sólo que tu mente aún está causando dificultades. Se mantiene regresando a la misma canción por milésima vez —aquella que te disgusta, aquella que le cantaste a esa otra chica o a ese otro chico en algún otro momento. Así que vas al siquiatra quien te aclara las cosas, y regresas a casa, a tu ser amado. Estás muy contento, sólo que falta algo. Has cumplido con la ley, pero has perdido el Espíritu.

Amor espiritual

Sólo experimentarás tu plenitud cuando en realidad puedas ver a otro individuo y no sólo decirle, sino sentir "Te amo. Sólo te amo. No importa lo que hagas. No puedes cambiar mi amor. Quizás te alejes de mí, pero si nunca más te vuelvo a ver, aún así te amo". Esto es "amor", en vez de "estar enamorado". Tan pronto como alguien dice "Estoy enamorado de ti", contéstale "Vete, no te acerques más, porque ahora me vas a chantajear emocional y físicamente... y de cualquier otra forma posible, con tal de permanecer enamorado de mí. Deberé hacerlo como tú quieres. Acabo de salir del control de mis padres, y de mi trabajo anterior y estoy comenzando a sostenerme por mis propios medios. Es algo difícil y quizá me tambalee y me sacuda, pero lo estoy haciendo. Ahora quieres darme una muleta para apo-

yarme. *De ninguna manera.* Si caigo, déjame caer. Puedo volver a levantarme; pero si me amas, por favor no te interpongas en mi camino".

Cuando tú haces algo por tí mismo, sabes que está bien hecho. Y si alguien más lo hace, esa persona nunca lo hace tan bien. La gente viene a mí y me dice "¿Podrías hacer esto y esto por mí en el nivel físico?" "No" les contesto "Hazlo tú. Yo sostendré la Luz por tí. Veré la situación y te sostendré espiritualmente. Rezaré por tí. Haré todas esas cosas que son de naturaleza espiritual, pero no tomaré tus decisiones en este mundo físico. Tú lo harás".

Me dice "¿Y si fracaso?" Si fracasas, se te dará otra oportunidad. Si tienes miedo al fracaso, no hagas nada. Pero tú dices "No puedo no hacer nada. Tengo que hacer algo". Ya que tienes que hacer algo, hazlo, y toma la mejor decisión que puedas. Sigue adelante basado en esa decisión. Lo que sea que decidas estará bien en lo que a mí respecta, porque te amo más que a lo que estás decidiendo. Si tomas una decisión y comienzas a moverte hacia ella, y después piensas que quizá elegiste mal, vé y cámbiala. Eso no es problema. Puedes volver a evaluar las cosas en cualquier momento y tomar decisiones nuevas basadas en nueva información. Pero no esperes que otras personas tomen decisiones por tí; toma tus propias decisiones. Y no esperes que otra gente te haga feliz. Crea tu propia felicidad. Entonces estarás brillando con el amor espiritual.

El amor espiritual es casi como el amor que una madre o un padre tienen para su niño pequeño. Están por salir a visitar unos parientes y, están retrasados y el bebé

tiene sucios los pañales. Como padres, tienen dos alternativas, pueden llevar al bebé con los pañales sucios y quedar mal, o pueden tomarse el tiempo necesario para cambiarlo. Tu sabes que ellos se tomarán el tiempo para cambiarlo. Quizás no les guste lo que hizo el bebé, pero lo aman. Ese es el amor del que estoy hablando. Esos padres quizás reciban otra prueba si al presentarlo ante sus parientes para "lucirlo", descubren que el bebé "se hizo" otra vez. Una vez, alguien me entregó un bebé y me dijo: "No vas a creerlo, pero al salir de la casa lo habíamos cambiado y ahora nos damos cuenta de que hay que cambiarlo otra vez". Dije: "¿Creen que voy a permitir que algo tan pequeño se interponga entre el amor y yo? He aprendido en otras existencias a sentarme en la basura para comer mi almuerzo. Puedo dirigir mi mente y mi conciencia a donde deseo que estén, y deseo que estén en el amor hacia este niño". Amar a ese niño me resultaba muy fácil, y también me resultaba fácil cambiarlo y limpiarlo. Eso fue fácil, porque había amor allí y nada podía interponerse.

He tenido oportunidades de estar en algunos hogares y ver cómo se manifiesta este amor espiritual. He revisado el patrón de vida del esposo o vigilado al ser básico de la esposa mientras preparaba la cena y he visto que disfrutan cada uno sexualmente, que cuidan bien de sus cuerpos, que son moderados en sus emociones, que se sientan a conversar acerca de todas las cosas que tienen en común y que cada uno permite al otro la libertad de seguir sus propios intereses, aún cuando no sean comunes. Es como decir "Si quieres ir a pescar hoy, adelante. Yo prefiero quedarme en casa tejiendo". Así que él va a pescar y ella permanece en casa. Después él vuelve: "Te

fuíste y me dejaste sola. No me quieres". Tienen un amor espiritual que trasciende los niveles negativos, y en ese amor espiritual, pueden sentarse en el mismo cuarto con su pareja durante horas, sin decir una palabra y estar amándose totalmente. Lo he visto.

Una vez visité a unos amigos y, después de la cena, él sacó su revista de deportes y comenzó a leerla, en tanto que ella tejía manteles para la mesa. Les dije "Bueno, creo que me iré a casa". Su punto de vista fue "¿No te gustaría pasar la noche aquí?" "¿Haciendo qué?" les contesté. "No tengo la intención de aprender a hacer crochet y no me interesan las revistas de deportes". Así que me dijeron "¿Te gustaría jugar a las cartas? ¿O a las damas chinas? ¿Quieres comer algo más?" En otras palabras, se estaban esforzando en complacerme, así que les dije "Están saliéndose de lo normal con tal de complacerme. Me siento cómodo. Sólo pensé que me iría a casa, eso es todo. Pero si voy a pasar la noche aquí, me gustaría hacerlo ahora mismo. ¿Dónde voy a dormir?" Dijeron "Te tenemos una cama preparada en el cuarto de atrás. Pensamos que como venías de lejos, en realidad te gustaría pasar la noche con nosotros". "Eso es absolutamente cierto. En realidad me encantaría pasar la noche con ustedes". "Bien" dijeron "cuando estés listo para ir a la cama, vas al final del pasillo". "Está bien". Así que mientras ellos dos se sentaron, uno leyendo y la otra tejiendo, me senté a admirarlos a ellos y al amor que se profesaban. Su matrimonio no sólo era perfecto espiritualmente, sino que también era perfecto mental, emocional, física y sexualmente. Cuando llegan a los cincuentas o los sesentas, podrías pensar que el sexo ya no es digno de considerarse, pero te tengo noticias, la vida no necesariamente empieza a los cua-

renta. Comienza cuando lo deseas. La edad no importa. Con alguna frecuencia la gente me pregunta cuál creo que es la mejor edad; mi respuesta es siempre la misma: "Aquella en la que me encuentro" —eso es la eternidad espiritual. El cuerpo se hará considerablemente más viejo. Todos lo sabemos, pero la expresión de amor no tiene por qué desvanecerse con la edad, y la expresión sexual puede permanecer como parte de esa expresión de amor. Lo que tienes que entender es que, cuando las relaciones sexuales se expresan en amor y Luz, entonces las consecuencias son Amor y Luz. Si el sexo se expresa con lujuria, mañana tendrás lujuria. Si se expresa con culpa, te vas a sentir rechazado y con remordimientos, y tendrás que experimentarlo otra vez para poder clarificar el patrón y entender su realidad. Si vas a tener un encuentro sexual, disfrútalo. Si no lo vas a disfrutar totalmente, no lo hagas. Es así de sencillo.

Descubriendo tu divinidad

El sexo es una experiencia en la que todos se van a ver envueltos en una u otra forma. Puede haber experiencias favorables y puede haber experiencias que no sean tan favorables. Si eres inteligente, te alejarás de aquellas que no son tan favorables, te moverás hacia las que te elevan, te moverás hacia las experiencias que te dan satisfacción y un buen sentimiento hacia ti mismo. Cuando te alejas de un individuo con la sensación de que Dios los unió para compartir honestamente y para intercambiar amor, entonces ha sido una buena experiencia. Eso no quiere decir que debe ser tierno y gentil; puede ser gracioso o rudo y juguetón, si eso concuerda con tu carácter. Es muy simple. Es hacer las cosas que

funcionan para tí. El sentido común es una forma de conciencia espiritual.

Ninguna persona, ni siquiera los libros, te pueden decir todo lo que quieres saber acerca de lo que sucede en tu interior. Siempre habrá preguntas, pero a veces, si permaneces quieto durante el tiempo suficiente, puedes cerrar tus ojos internándote en ti mismo y hacerte una pregunta: "¿Realmente importa esto para mi progreso espiritual y para mi elevación?" y usualmente la pregunta desaparecerá. No necesita contestarse porque no es importante. La vida es muy, muy sencilla. Debe experimentarse y tú vas a aprender de tus experiencias y a crecer en niveles de conciencia más y más altos. Hay tantos libros publicados por varias personas, con tantos puntos de vista diferentes. Supongo que se podría llenar una biblioteca con libros sobre sexo, y todos hablarían sobre las mismas zonas del cuerpo. No es nada extraño. Es bastante natural expresarse en forma sexual. Es un nivel de expresión que viene con el hecho de tener un cuerpo físico. Muchas cosas van aunadas con estar en el plano físico: la comida que se queda entre los dientes, resfriarse, lavar la ropa una vez a la semana. Todo es parte de este nivel físico. ¿Vas a enjuiciar o crucificar a la gente por esas cosas?

Sin embargo, si le das a la gente una visión de su propia divinidad, entonces tratarán de crucificarte. Ha sucedido antes. Los maestros que han venido y han dicho "Eres divino, eres una extensión de Dios" se han encontrado con que alguien trata de rebajarlos y de no hacer caso de lo que dicen, aún cuando digan la verdad. No seas tonto. Aprende de los maestros. Descubre por ti mismo que eres divino. Sigue la suposición de que hay

algo en tu interior que es más que tu cuerpo. Puedo probarte que eres más que tu cuerpo. Cierra los ojos y respira profundamente. Saca el aire y respira profundamente. Deja que tu cuerpo permanezca quieto. Si tienes algún dolor, olvídalo por el momento. Déjalo ir. Deja ir las presiones físicas. Ahora deja que tus emociones se alejen de ti. Si tus sentimientos están heridos, deja que esa ofensa se vaya. No la necesitas. Ahora deja que tu mente se vaya. No pienses en nada. Sólo suelta todos estos niveles.

¿Quién está haciendo esto? Cuando dejas de moverte físicamente, cuando sueltas las emociones y te tranquilizas, cuando detienes la mente ¿qué es lo que queda? No son tus emociones, ni tu mente, ni tu cuerpo; lo que queda eres tú. Cuanto más te interiorices y sobrepases la periferia de tu conciencia, te acercarás más a un lugar en donde hay un gran vacío, una gran sensación de vacío y de nada. Y piensas "No voy a ningún lado; me doy por vencido". No lo hagas. El alma está protegida por un escudo etérico que es el inconsciente o el área subconsciente de tu conciencia; puede ser oscuro y vacío, pero cuando perseveras para superarlo, llegas a la conciencia y al conocimiento de aquella gran Alma Superior que llamamos Dios.

Mientras residas dentro de los cuerpos físicos, emocional, mental y del inconsciente, tu conciencia reside en el paraíso o en el cielo. En este punto, sabrás que eres Divino, que eres el Bienamado. Sabrás que Alfa y Omega son nombres que también se aplican a tí —no como tu cuerpo físico, sino como tu Conciencia del Alma. El sendero espiritual es fácil. Es el único sendero que existe. Es difícil cuando tratas de separarte de lo

espiritual. Entonces experimentas las confusiones, las molestias y las perturbaciones. Cuando experimentas esas dificultades Dios te está indicando, a través del Espíritu, que te has salido de la realidad de tu Ser. Cuando regresas a la Unidad del Espíritu, descubres que todas las bendiciones ya están dadas. Todo lo que quieres ser, ya lo eres. Todo lo que tienes que hacer es mover tu conocimiento hacia allá y reconocer la realidad de tu propia alma.